叶兴阳

双语音标有声读物

叶兴阳

注音阅读英语教育之父

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者： *叶兴阳*

内容来源： *公共领域英文原著*

适用对象： *英语学习者、教师、研究者*

版本日期： *2025 年*

目录

共 1 个章节

1. 让我们使用大豆(let's Use Soybeans) 000001

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

让我们使用大豆(Let's Use Soybeans)
第1/1页

[-] [nəʊt]
Transcriber's Note
转录员的 笔记

转录者注

[ðə; ði] [ə'rɪdʒən(ə)l] ['dɒkjumənt] [ɪz] ['taɪprɪtn] [ɒn] [naɪn] ['peɪdʒɪz] .
The original document is typewritten on nine pages .
这 原来的 文档 是 打字稿 在 九 页面 .

原文件为九页打字稿。

[ðə; ði] ['fɔːmæt] [ɒv; əv] [ðɪs] [ˌeɪtʃ tiː em 'el] ['vɜːʃ(ə)n] [ə'tempts] [tuː; tə] ['replɪkeɪt] [ðə; ði] [lʊk] [ɒv; əv] [ðə; ði]
The format of this html version attempts to replicate the look of the
这 格式 的 这 html 版本 尝试 到 复制 这 看 的 这
[sɔːs] [baɪ] ['meɪkɪŋ] [juːz] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['taɪpraɪtə(r)] [fɒnt] [ænd; ənd] [ˌʌndər'laɪnd] ['hedɪŋz] ,
source by making use of a typewriter font and underlined headings ,
来源 经过 制作 使用 的 一个 打字机 字体 和 下划线 标题 ,

此HTML版本的格式试图通过使用打字机字体和带下划线的标题来复制源代码的外观。

[æz; əz] [ɪn] [ðə; ði] [ə'rɪdʒən(ə)l] .
as in the original .
作为 在 这 原来的 .

与原文相同。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['ɔːlsəʊ] [ə; eɪ] [fjuː] [ˌhænd'rɪt(ə)n] ['kɒments] [ɒn] [ðə; ði] [ə'rɪdʒən(ə)l] ['dɒkjumənt] ,
There are also a few handwritten comments on the original document ,
那里 是 还 一个 很少 手写 评论 在 这 原来的 文档 ,

原件上还有一些手写批注。

[ænd; ənd] [ðiːz] [hæv; həv] [biːn] [træn'skraɪbd] [æz; əz] [wel] , [ɪn] [ɪ'tælɪsaɪzd] [tekst] .
and these have been transcribed as well , in italicized text .
和 这些 有 到过 转录 作为 出色地 , 在 斜体 文本 .

这些内容也已转录，并以斜体字显示。

[ɒn] [peɪdʒ] [θriː] , [ðə; ði] [wɜːd] " ['flaʊə(r)] " [hæz; həz] [biːn] [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " ['flaʊə(r)] " ([ɪn] [ə; eɪ] ['flaʊə(r)]
On page 3 , the word " flour " has been changed to " flower " (in a flower
在 页 3 , 这 单词 " 面粉 " 有 到过 已更改 到 " 花 " (在 一个 花
[pɒt]) .
pot) .
锅) .

第 3 页上的“面粉”一词被改成了“花”（在花盆里）。

[[ˌpiː 'dʒiː] [wʌn]]
[Pg 1]
[页 1]

[第1页]

[lets] [juːz] ['sɔɪbiːnz]
Let's Use Soybeans
我们来吧 使用 大豆

让我们使用大豆

[dɪ'pɑːtmənt] [ɒv; əv] [həʊm] [ˌiːkə'nɒmɪks]
Department of Home Economics
部门 的 家 经济学

家政系

[ɪk'stenʃ(ə)n] ['sɜːvɪs] [ɪn] ['ægrɪkʌltʃə(r)] [ænd; ənd] [həʊm] [ˌiːkə'nɒmɪks]
Extension Service in Agriculture and Home Economics
扩大 服务 在 农业 和 家 经济学

农业和家政推广服务

[ˌjuːnɪ'vɜːsəti] [ɒv; əv] [ˌɪlə'nɔɪz]
University of Illinois
大学 的 伊利诺伊州

伊利诺伊大学

[ɜːr'bɑːnə] , [ˌɪlə'nɔɪz]
Urbana , Illinois
厄巴纳 , 伊利诺伊州

伊利诺伊州厄巴纳

[[ˌpiː 'dʒiː] [ˌtuː'tuː]]
[Pg 2]
[页 2]

[第2页]

[lets] [juːz] ['sɔɪbiːnz]
LET'S USE SOYBEANS
我们来吧 使用 大豆

让我们使用大豆

['sɔɪbiːnz] [ænd; ənd] ['sɒɪbiːn] ['prɒdʌkts] [ɑː(r); ə(r)] [rɪ'siːvɪŋ] [ɪn'kriːst] [ə'tenʃ(ə)n] [æt; ət] [ðə; ði] ['prez(ə)nt]
Soybeans and soybean products are receiving increased attention at the present
大豆 和 大豆 产品 是 接收 增加 注意力 在 这 展示
[taɪm] [wen] [ðə; ði] ['ræʃənɪŋ] [ɒv; əv] ['meni] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['prəʊtiːn] - [rɪtʃ] [fuːdz] [ɒv; əv] ['ænɪm(ə)l] ['ɒrɪdʒɪn]
time when the rationing of many of the protein - rich foods of animal origin
时间 什么时候 这 配给 的 许多 的 这 蛋白质 - 富有的 食物 的 动物 起源
[hæz; həz] [meɪd] [ˌjuː 'es] [ə'weə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˌpɒsə'bɪləti] [ɒv; əv] [ˌɪnsə'fɪʃ(ə)nt] ['prəʊtiːn] [ɪn] ['aʊə(r)] ['daiətəri]
has made us aware of the possibility of insufficient protein in our dietaries
有 制成 我们 意识到的 的 这 可能性 的 不足的 蛋白质 在 我们的 膳食
.
:
.

目前，由于许多富含蛋白质的动物源性食品实行配给制，人们意识到膳食中蛋白质可能不足，因此大豆和大豆制品受到了越来越多的关注。

[ðɪs] ['ɪntrəst] [ɪz] ['haɪli] [dɪ'zaɪərəb(ə)l] , [sɪns] ['sɔɪbiːnz] [ɑː(r); ə(r)] [sʌtʃ] [ə; eɪ] ['væljuəb(ə)l] [sɔːs] [ɒv; əv]
This interest is highly desirable , since soybeans are such a valuable source of
这 兴趣 是 高度 理想 , 自从 大豆 是 这样的 一个 有价值的 来源 的
['prəʊtiːn] [ɒv; əv] [suː'pɪəriə(r)] ['kwɒləti] ,
protein of superior quality ,
蛋白质 的 优越的 质量 ,

这种兴趣非常可喜，因为大豆是优质蛋白质的宝贵来源。

[ɒv; əv] ['kælsiəm] [ænd; ənd] ['aɪən] , [ænd; ənd] [ɒv; əv] [æt; ət] [liːst] [sʌm; səm] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['membəz] [ɒv; əv]
of calcium and iron , and of at least some of the members of
的 钙 和 铁 , 和 的 在 至少 一些 的 这 成员 的
[ðə; ði] ['vɪtəmɪn] [biː] ['kɒmpleks] .
the vitamin B complex .
这 维他命 B 复杂的 .

含有钙、铁以及至少部分 B 族维生素。

['sɔɪbiːnz] ['ɔːlsəʊ] [hæv; həv] [ə; eɪ] [haɪ] [kə'lɒrɪk; 'kælərɪk] ['væljuː] [djuː] [tuː; tə] [fæt] ['kɒntent] [ænd; ənd]
Soybeans also have a high caloric value due to fat content and
大豆 还 有 一个 高的 卡路里 价值 到期的 到 胖的 内容 和

[hæv; həv] [ə; eɪ] ['haɪə(r)] ['enədʒi] ['væljuː] [pə(r)] [paʊnd] [ðæn; ðən] [ðə; ði] ['ʌðə(r)] [mɔː(r)] ['kɒmənli] [juːst]
have a higher energy value per pound than the other more commonly used
有 一个 更高 活力 价值 每 磅 比 这 其他 更多的 通常 用过的

['legjuːmz] ,
legumes ,
豆类 ,

大豆由于脂肪含量高，热量也很高，每磅的能量值比其他更常用的豆类更高。

[wɪð] [ðə; ði] [ɪk'sepʃ(ə)n] [ɒv; əv] ['piːnʌts] .
with the exception of peanuts .
和 这 例外 的 花生 .

除了花生以外。

['sɒɪbiːn] ['prɒdʌkts] [ɑː(r); ə(r)] ['sʌmtaɪmz] [kɔːld] " [ˌdaɪə'betɪk] [fuːdz] " [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [kən'teɪn] [nəʊ]
Soybean products are sometimes called " diabetic foods " because they contain no
大豆 产品 是 有时 称为 " 糖尿病 食物 " 因为 他们 包含 不

[stɑːtʃ] .
starch .
淀粉 .

大豆制品有时被称为“糖尿病食品”，因为它们不含淀粉。

[ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [rɪ'membəd] , [haʊ'evə(r)] , [ðæt] ['sɔɪbiːnz] [kən'teɪn] [sʌm; səm] ['sɒljəb(ə)l] ['ʃʊgər] ;
It should be remembered , however , that soybeans contain some soluble sugars ;
它 应该 是 记得 , 然而 , 那 大豆 包含 一些 可溶 糖 ;

但需要注意的是，大豆含有一些可溶性糖；

[ɪn] [ɔːl] [ə'baʊt] - [pə(r)] [sent] [ɔː(r)] [mɔː(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [weɪt] [ɒv; əv] [draɪ] ['sɔɪbiːnz] [ɪz] [ˌkɑːbəʊ'haɪdreɪt]
in all about 10 per cent or more of the weight of dry soybeans is carbohydrate
在 全部 关于 - 每 中心 或者 更多的 的 这 重量 的 干燥 大豆 是 糖类

[wɪtʃ] [ðə; ði] ['bɒdi] [kæn; kən] ['juːtəlaɪz] .
which the body can utilize .
哪个 这 身体 能 利用 .

干大豆总重量的10%或更多是人体可以利用的碳水化合物。

['iːv(ə)n] [səʊ] , [ðɪs] [ɪz] [mʌtʃ] [les] [ðæn; ðən] [ðə; ði] [ˌkɑːbəʊ'haɪdreɪt] ['kɒntent] [ɒv; əv] ['ʌðə(r)] [biːnz] [ænd; ənd]
Even so , this is much less than the carbohydrate content of other beans and
甚至 所以 , 这 是 很多 较少的 比 这 糖类 内容 的 其他 豆子 和

[ɒv; əv] [wiːt] ['flaʊə(r)] .
of wheat flour .
的 小麦 面粉 .

即便如此，这仍然远低于其他豆类和小麦粉的碳水化合物含量。

[və'raɪətiz] [ɒv; əv] ['sɔɪbiːnz]
Varieties of Soybeans
品种 的 大豆

大豆品种

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [tuː] ['dʒen(ə)rəl] [taɪps] [ɒv; əv] ['sɔɪbiːnz] , [ðə; ði] [fiːld] [taɪp] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['edəb(ə)l]
There are two general types of soybeans , the field type and the edible
那里 是 二 一般的 类型 的 大豆 , 这 场地 类型 和 这 食用

[ɔː(r)] ['vedʒtəb(ə)l] [taɪp] ,
or vegetable type ,
或者 蔬菜 类型 ,

大豆大致分为两类：田间种植型和食用型或蔬菜型。

[wɪtʃ] ['dɪfə(r)] ['greɪtli] [ɪn] ['pælətəbəlɪti] .
which differ greatly in palatability .
哪个 不同 非常 在 适口性 .

它们的适口性差异很大。

[æz; əz][ðə; ði] [neɪm] [ɪm'plaɪz] , [ðə; ði]['edəb(ə)l][ɔː(r)]['vedʒtəb(ə)l] [və'raɪətiz] [ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)][ˌsætɪs'fæktəri]
As the name implies , the edible or vegetable varieties are more satisfactory
作为 这 姓名 暗示 , 这 食用 或者 蔬菜 品种 是 更多的 令人满意的
[fɔː(r); fə(r)]['hjuːmən] [kən'sʌmpʃ(ə)n] ,
for human consumption ,
为了 人类 消耗 ,

顾名思义，可食用或蔬菜品种更适合人类食用。

[ɔːl'ðəʊ] [ə; eɪ] [fjuː] [ɒv; əv][ðə; ði] [fiːld] ['sɔɪbiːnz] [ɑː(r); ə(r)]['ɔːlsəʊ]['pælətəb(ə)l] .
although a few of the field soybeans are also palatable .
虽然 一个 很少 的 这 场地 大豆 是 还 可口的 .

虽然也有一些田间大豆味道不错。

[sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði]['vedʒtəb(ə)l] [taɪps] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)]['reɪtɪd] " ['veri] [gʊd] " [ɑː(r); ə(r)] [hɒ'kaɪdəʊ] ,
Some of the vegetable types which are rated " very good " are Hokkaido ,
一些 的 这 蔬菜 类型 哪个 是 评级 " 非常 好的 " 是 北海道 ,
- , - , [ɪm'pɪəriəl] , [ænd; ənd]['empərə(r)] .
Willomi , Jogun , Imperial , and Emperor .
- , - , 帝国 , 和 皇帝 .

被评为“非常好”的蔬菜品种有北海道、威洛米、佐君、帝王和皇帝。

[ə'mʌŋ] [ðə; ði] [fiːld] [və'raɪətiz] [ðæt] [ɑː(r); ə(r)][ˌsætɪs'fæktəri][fɔː(r); fə(r)]['edəb(ə)l] ['pɜːpəsɪz] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði]
Among the field varieties that are satisfactory for edible purposes are the
之中 这 场地 品种 那 是 令人满意的 为了 食用 目的 是 这
[ɪ'laɪnaɪ][ænd; ənd][mæn'tʃuː] .
Illini and Manchu .
伊利诺伊 和 满族 .

适合食用的田间品种有伊利尼和满洲。

[haʊ] [tuː; tə][juːz] [griːn] ['sɔɪbiːnz]
HOW TO USE GREEN SOYBEANS
如何 到 使用 绿色的 大豆

如何使用青豆

[ˌɪmə'tjʊə(r)] ['sɔɪbiːnz] [ɑː(r); ə(r)] ['veri] ['welkəm] [æz; əz][æn; ən] ['ɜːli] [fɔːl] [griːn] ['vedʒtəb(ə)l] .
Immature soybeans are very welcome as an early fall green vegetable .
不成熟 大豆 是 非常 欢迎 作为 一个 早期的 落下 绿色的 蔬菜 .

未成熟的大豆作为早秋绿叶蔬菜非常受欢迎。

['sɔɪbiːnz] [ɑː(r); ə(r)] ['redi] [fɔː(r); fə(r)]['teɪb(ə)l][juːz][æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði][pɒdz][hæv; həv] [kəm'pliːtli]
Soybeans are ready for table use as soon as the pods have completely
大豆 是 准备好 为了 桌子 使用 作为 很快 作为 这 豆荚 有 完全地
[fɪld] [aʊt][ænd; ənd] [waɪl] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [stɪl] [griːn] [ɪn]['kʌlə(r)] .
filled out and while they are still green in color .
已填 出去 和 尽管 他们 是 仍然 绿色的 在 颜色 .

大豆荚完全饱满且仍呈绿色时即可食用。

[ðɪs] [ɪz][ɪn] [leɪt] ['ɔːgəst] [ɔː(r)][ɪn][sep'tembə(r)] , [dɪ'pendɪŋ] [ɒn][ðə; ði][və'raɪəti] , [ðə; ði][taɪm][ɒv; əv]
This is in late August or in September , depending on the variety , the time of
这 是 在 晚的 八月 或者 在 九月 , 取决于 在 这 种类 , 这 时间 的
['plɑːntɪŋ] ,
planting ,
种植 ,

这通常在八月下旬或九月，具体时间取决于品种和种植时间。

[ænd; ənd][ðə; ði]['siːz(ə)n] .
and the season .
和 这 季节 .

以及这个季节。

[nɒt] [ɔːl] [plɑːnts] [ɒv; əv] [ðə; ði] [seɪm] [vəˈraɪəti] [məˈtʃʊə(r)] [æt; ət] [ðə; ði] [seɪm] [taɪm] ,
Not all plants of the same variety mature at the same time ,
不是 全部 植物 的 这 相同的 种类 成熟 在 这 相同的 时间 ,

即使是同一品种的植物，成熟时间也不尽相同。

[bʌt; bət] [ˈjuːʒuəli; ˈjuːʒəli] [ðə; ði] [məˈtʃʊərəti] [ɒv; əv] [pɒdz] [ɒn] [ə; eɪ] [ˈsɪŋɡ(ə)l] [plɑːnt] [ɪz] [səˈfɪʃntli] [ˈjuːnɪfɔːm]
but usually the maturity of pods on a single plant is sufficiently uniform
但 通常 这 到期 的 豆荚 在 一个 单身的 植物 是 足够 制服
[tuː; tə] [ˈwɒrənt] [ˈpʊlɪŋ] [ðə; ði] [ɪnˈtaɪə(r)] [plɑːnt] .
to warrant pulling the entire plant .
到 保证 拉 这 全部的 植物 .

但通常情况下，同一株植物上的豆荚成熟度足够均匀，可以拔除整株植物。

[ðə; ði] [plɑːnts] [kæn; kən] [ðen] [biː; bi] [ˈteɪkən] [tuː; tə] [ə; eɪ] [ˈʃeɪdi] [pleɪs] [tuː; tə] [pɪk] [ɒf] [ðə; ði] [pɒdz] .
The plants can then be taken to a shady place to pick off the pods .
这 植物 能 然后 是 已采取 到 一个 阴凉 地方 到 挑选 离开 这 豆荚 .

然后可以将植株移到阴凉处采摘豆荚。

[tuː; tə] [meɪk] [ˈhʌlɪŋ] [ˈiːzɪə] ,
To make hulling easier ,
到 制作 船体 更轻松 ,

为了使脱壳更容易，

[pɔː(r)] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtə(r)] [ˈəʊvə(r)] [ðə; ði] [ˈsɔɪbiːn] [pɒdz] [ænd; ənd] [let] [ðem; ðəm] [stænd] [faɪv] [ˈmɪnɪts] [ɪn]
pour boiling water over the soybean pods and let them stand 5 minutes in
倒 沸腾 水 超过 这 大豆 豆荚 和 让 他们 站立 5 分钟 在
[ðə; ði] [hɒt] [ˈwɔːtə(r)] .
the hot water .
这 热的 水 .

将沸水倒在黄豆荚上，让它们在热水中浸泡 5 分钟。

[dreɪn] , [ænd; ənd] [hʌl] [baɪ] [ˈbreɪkɪŋ] [ðə; ði] [pɒd] [ˈkrɒswaɪz] [ænd; ənd] [ˈskwiːzɪŋ] [aʊt] [ðə; ði] [biːnz] .
Drain , and hull by breaking the pod crosswise and squeezing out the beans .
流走 , 和 船体 经过 打破 这 荚 横向 和 挤压 出去 这 豆子 .

沥干水分，然后横向掰开豆荚，挤出豆子，去除豆壳。

[kʊk] [æz; əz] [ˈfɒləʊz] : [tuː; tə] [wʌn] [ˌpiː ˈtiː] [hʌld] [biːnz] , [ˌeɪ diː ˈdiː] [wʌn] [siː] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtə(r)] [ænd; ənd] ¾
Cook as follows : To 1 pt hulled beans , add 1 c boiling water and ¾
厨师 作为 跟随 : 到 1 pt 去壳 豆子 , 添加 1 c 沸腾 水 和 ¾
[tiː] [sɔːlt] .
t salt .
t 盐 .

烹饪方法如下：将 1 品脱去壳豆子，加入 1 杯沸水和 ¾ 茶匙盐。

[ˈkʌvə(r)] [ænd; ənd] [kʊk] [fɔː(r); fə(r)] - [ˈmɪnɪts] [ˈɑːftə(r)] [ðə; ði] [biːnz] [bɪˈɡɪn] [tuː; tə] [bɔɪl] .
Cover and cook for 10 minutes after the beans begin to boil .
覆盖 和 厨师 为了 - 分钟 后 这 豆子 开始 到 熬 .

豆子沸腾后，盖上盖子煮10分钟。

[əˈvɔɪd] [ˌəuvəˈkuk] .
Avoid overcooking .
避免 煮过头 .

避免过度烹饪。

[dreɪn] , [ænd; ənd] [ˈsiːz(ə)n] [wɪð] [ˈbʌtə(r)] [ɔː(r)] [ɪn] [ˈeni] [ˈʌðə(r)] [ˈmænə(r)] [dɪˈzaɪəd] .
Drain , and season with butter or in any other manner desired .
流走 , 和 季节 和 黄油 或者 在 任何 其他 方式 想要的 .

沥干水分，然后用黄油或其他你喜欢的方式调味。

[ˈsɔɪbiːnz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˈvedʒtəb(ə)l] [taɪp] [ʃʊd; ʃəd] [stɪl] [biː; bi] [braɪt] [ɡriːn] [ɪn] [ˈkʌlə(r)] [ˈɑːftə(r)] [ˈkʊkɪŋ] ,
Soybeans of the vegetable type should still be bright green in color after cooking ,
大豆 的 这 蔬菜 类型 应该 仍然 是 明亮的 绿色的 在 颜色 后 烹饪 ,

蔬菜型大豆煮熟后仍应保持鲜亮的绿色。

[ænd; ənd] [ðeɪ] [wɪl] [hæv; həv][ə; eɪ] ['nʌti] ['tekstʃə(r)] .
and they will have a nutty texture .
和 他们 将要 有 一个 坚果 质地 .

它们会具有坚果般的口感。

[ðeɪ] [duː; də][nɒt] ['sɒfn] [laɪk] [griːn] ['piːz] [bʌt; bət][kæn; kən][biː; bi] [juːst] [ɪn] ['eni] [ɒv; əv][ðə; ði] [weɪz]
They do not soften like green peas but can be used in any of the ways
他们 做 不是 软化 喜欢 绿色的 豌豆 但 能 是 用过的 在 任何 的 这 方式
[ðæt] [griːn] ['piːz] [ɔː(r)] [griːn] ['liːmə] [biːnz] [ɑː(r); ə(r)] [juːst] .
that green peas or green lima beans are used .
那 绿色的 豌豆 或者 绿色的 利马 豆子 是 用过的 .

它们不像青豆那样会变软，但可以像青豆或青利马豆一样用于任何用途。

[ˌprezə'veɪʃ(ə)n]
Preservation
保存

保存

[griːn] ['sɔɪbiːnz] [kæn; kən][biː; bi] [prɪ'zɜːvd] [baɪ] ['friːzɪŋ] , ['kænɪŋ] , [ɔː(r)] [dˌiːhaɪdɹ'eɪtɪŋ] ,
Green soybeans can be preserved by freezing , canning , or dehydrating ,
绿色的 大豆 能 是 保存完好 经过 冷冻 , 罐头 , 或者 脱水 ,

青豆可以通过冷冻、罐装或脱水保存。

[ɔːl'ðəʊ] [æt; ət][ðə; ði]['prez(ə)nt][taɪm] ['friːzɪŋ] [siːm] [tuː; tə][biː; bi][ðə; ði][məʊst][ˌsætɪs'fæktəri] ['meθəd]
although at the present time freezing seems to be the most satisfactory method
虽然 在 这 展示 时间 冷冻 似乎 到 是 这 最多 令人满意的 方法
.
.
.

虽然目前看来冷冻似乎是最令人满意的方法。

([fɔː(r); fə(r)][də'rekʃ(ə)nz][fɔː(r); fə(r)] ['friːzɪŋ] [siː] [ˌjuːnɪ'vɜːsəti][ɒv; əv] [ˌɪlə'nɔɪz] ['sɜːkjələ(r)] - ,
(For directions for freezing see University of Illinois Circular 510 ,
(为了 方向 为了 冷冻 看 大学 的 伊利诺伊州 圆 - ,

（有关冷冻方法，请参阅伊利诺伊大学第510号通告，

" [haʊ] [tuː; tə][prɪ'peə(r)] [fruːts] [ænd; ənd]['vedʒtəb(ə)lz][fɔː(r); fə(r)] ['friːzə(r)] ['stɔːrɪdʒ] . ")
" How to Prepare Fruits and Vegetables for Freezer Storage . ")
" 如何 到 准备 水果 和 蔬菜 为了 冰箱 贮存 . ")

“如何处理适合冷冻保存的水果和蔬菜。”

[ðeə(r)][ɪz][ə; eɪ] ['dɪfrəns] [ɒv; əv][ə'pɪnjən] [wɪð] [rɪ'gɑːd] [tuː; tə][ðə; ði] ['kænɪŋ] [ɒv; əv] ['sɔɪbiːnz] .
There is a difference of opinion with regard to the canning of soybeans .
那里 是 一个 不同之处 的 观点 和 看待 到 这 罐头 的 大豆 .

对于大豆罐头加工存在不同意见。

[sʌm; səm] [fiːl] [ðæt] [ðə; ði]['fleɪvə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] [griːn] ['sɒɪbiːn] [wen] [kænd] [ɪz][nɒt][ˌsætɪs'fæktəri] ,
Some feel that the flavor of the green soybean when canned is not satisfactory ,
一些 感觉 那 这 味道 的 这 绿色的 大豆 什么时候 罐装 是 不是 令人满意的 ,

有些人觉得罐装青豆的味道不尽如人意。

[waɪl] ['ʌðə(r)z] [rɪ'pɔːt] ['pælətəb(ə)l] ['prɒdʌkts] .
while others report palatable products .
尽管 其他的 报告 可口的 产品 .

而另一些人则表示产品口感良好。

['sɔɪbiːnz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]
Soybeans should be
大豆 应该 是

大豆应该是

[pækt] [hɒt] [ˈɑːftə(r)] [ˈblɑːntʃɪŋ] [ðə; ði] [ʃeld] [biːnz] [fɔː(r); fə(r)] [θriː] [ˈmɪnɪts] [ɪn] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtə(r)] .
packed hot after blanching the shelled beans for 3 minutes in boiling water .
包装 热的 后 焯水 这 带壳 豆子 为了 3 分钟 在 沸腾 水 .

将去壳的豆子在沸水中焯烫 3 分钟后趁热包装。

[sʌm; səm] [ɔːˈθɒrətiz] [ˌrekəˈmend] [ðə; ði] [əˈdɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] [wʌn] [tiː] [sɔːlt] [ænd; ənd] [frɒm; frəm] ½ [tuː; tə] [wʌn] [tiː] [ˈʃʊɡə(r)] [tuː; tə] [iːtʃ] [paɪnt] [ɒv; əv] [ɡriːn] [ˈsɔɪbiːnz] .
Some authorities recommend the addition of 1 t salt and from ½ to 1 t sugar to each pint of green soybeans .
一些 当局 推荐 这 添加 的 1 t 盐 和 从 ½ 到 1 t 糖 到 每个 品脱 的 绿色的 大豆 .

一些权威人士建议在每品脱青豆中加入 1 茶匙盐和 ½ 至 1 茶匙糖。

[juː] . [es] . [diː] . [ə; eɪ] .
U . S . D . A .
U . S . D . 一个 .

美国农业部

[ˈfɑːrmərz] - [ˈbʊlətɪn] [nəʊ] . - [ˌrekəˈmendz] [ˈjuːzɪŋ] [ə; eɪ] [ˈpreʃə(r)] [ˈkʊkə(r)] [æt; ət] - [paʊndz] [ˈpreʃə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [ˈfɒləʊɪŋ] [ˈpɪərɪədz] :
Farmers ' Bulletin No . 1762 recommends using a pressure cooker at 10 pounds pressure for the following periods :
农民 - 公告 不 . - 建议 使用 一个 压力 炊具 在 - 磅 压力 为了 这 下列的 时期 :

《农民公报》第1762号建议在以下时间段内使用10磅压力的压力锅：

[paɪnt] [dʒˈɑːz] , - [ˈmɪnɪts] ; [kwɔːt] [dʒˈɑːz] , - [ˈmɪnɪts] ;
pint jars , 80 minutes ; quart jars , 90 minutes ;
品脱 罐子 , - 分钟 ; 夸脱 罐子 , - 分钟 ;

品脱罐，80分钟；夸脱罐，90分钟；

[nəʊ] . [ˌtuːˈtuː] [tɪn] [kænz] , - [ˈmɪnɪts] ; [nəʊ] . [θriː] [tɪn] [kænz] , - [ˈmɪnɪts] .
No . 2 tin cans , 70 minutes ; No . 3 tin cans , 85 minutes .
不 . 2 锡 罐头 , - 分钟 ; 不 . 3 锡 罐头 , - 分钟 .

2号罐头，70分钟；3号罐头，85分钟。

([səʊkt] [məˈtʃʊə(r)] [ˈsɔɪbiːnz] [kæn; kən] [ˈɔːlsəʊ] [biː; bi] [prɪˈzɜːvd] [fɔː(r); fə(r)] [ˈfjuːtʃə(r)] [juːz] [baɪ] [ˈkænɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] [seɪm] [wei] .)
(Soaked mature soybeans can also be preserved for future use by canning in the same way .)
(浸泡过 成熟 大豆 能 还 是 保存完好 为了 未来 使用 经过 罐头 在 这 相同的 方式 .)

（浸泡过的成熟大豆也可以用同样的方法罐装保存，以备将来使用。）

[fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [ˌdiːhaɪˈdreɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] [ɡriːn] [ˈsɔɪbiːnz] ,
For the dehydration of green soybeans ,
为了 这 脱水 的 绿色的 大豆 ,

用于青豆脱水，

[ˌaɪ ˈtiː] [ɪz] [ˈdʒen(ə)rəli] [əˈɡriːd] [ðæt] [ə; eɪ] [stiːm] [ˈblɑːntʃɪŋ] [ɒv; əv] [frɒm; frəm] [faɪv] [tuː; tə] [ˈsevən] [ˈmɪnɪts] [bɪˈfɔː(r)] [ˈʃelɪŋ] [ɪz] [ˌsætɪsˈfæktəri] .
it is generally agreed that a steam blanching of from 5 to 7 minutes before shelling is satisfactory .
它 是 一般来说 同意 那 一个 蒸汽 焯水 的 从 5 到 7 分钟 前 炮击 是 令人满意的 .

人们普遍认为，去壳前先用蒸汽焯烫 5 到 7 分钟即可。

[ðə; ði] [ʃeld] [biːnz] [ʃʊd; ʃəd] [ðen] [biː; bi][ˌdiːhaɪˈdreɪtɪd][æt; ət][ə; eɪ] [ˈtemprətʃə(r)] [ɒv; əv] 150° [ef] .
The shelled beans should then be dehydrated at a temperature of 150° F .
这 带壳 豆子 应该 然后 是 脱水 在 一个 温度 的 150° F .
[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][fɜːst][hɑːf][ɒv; əv][ðə; ði][ˌdiːhaɪˈdreɪʃ(ə)n] ,
for the first half of the dehydration ,
为了 这 第一的 一半 的 这 脱水 ,

去壳后的豆子应在150°F的温度下进行脱水，脱水过程的前半段应在此温度下进行。

[ænd; ənd][æt; ət] 145° [ef] . [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][rɪˈmeɪndə(r)][ɒv; əv][ðə; ði][taɪm] .
and at 145° F . for the remainder of the time .
和 在 145° F . 为了 这 余 的 这 时间 .

其余时间温度保持在 145°F。

[ˌaɪ ˈtiː] [wɪl] [teɪk] [frɒm; frəm][sɪks][tuː; tə][naɪn] [ˈaʊəz] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][ˈprəʊses] ,
It will take from 6 to 9 hours for the process ,
它 将要 拿 从 6 到 9 小时 为了 这 过程 ,

整个过程需要6到9个小时。

[ænd; ənd][ðə; ði] [ˈfɪnɪʃt] [ˈprɒdʌkt] [wɪl] [biː; bi][hɑːd][ænd; ənd] [ˈrɪŋkld] [bʌt; bət] [stɪl] [ɡriːn] [ɪn][ˈkʌlə(r)] .
and the finished product will be hard and wrinkled but still green in color .
和 这 完成的 产品 将要 是 难的 和 皱 但 仍然 绿色的 在 颜色 .

成品会变得坚硬、皱巴巴的，但颜色仍然是绿色的。

([fɔː(r); fə(r)][mɔː(r)] [kəmˈpliːt] [dəˈrekʃ(ə)nz][fɔː(r); fə(r)][ˌdiːhaɪˈdreɪʃ(ə)n] [siː] [ˌjuːnɪˈvɜːsəti][ɒv; əv] [ˌɪləˈnɔɪz]
(For more complete directions for dehydration see University of Illinois
(为了 更多的 完全的 方向 为了 脱水 看 大学 的 伊利诺伊州
[ˈsɜːkjələ(r)] - ,
Circular 558 ,
圆 - ,

（有关脱水的更完整说明，请参阅伊利诺伊大学第 558 号通告，

" [dˌiːhaɪdɹˈeɪtɪŋ] [fruːts] [ænd; ənd][ˈvedʒtəb(ə)lz][æt; ət] [həʊm] . ")
" Dehydrating Fruits and Vegetables at Home . ")
" 脱水 水果 和 蔬菜 在 家 . ")

"在家脱水水果和蔬菜。"

[weɪz] [ɒv; əv] [ˈjuːzɪŋ] [draɪ] [ˈsɔɪbiːnz]
WAYS OF USING DRY SOYBEANS
方式 的 使用 干燥 大豆

干大豆的用途

[ˈkʊkɪŋ] [draɪ] [ˈsɔɪbiːnz]
Cooking Dry Soybeans
烹饪 干燥 大豆

烹煮干黄豆

[ˈmeθəd] [ai] . [səʊk] [wʌn][siː][draɪ] [ˈsɔɪbiːnz] [ɪn][θriː][siː][ˈwɔːtə(r)] [ˌəʊvəˈnaɪt] .
Method I . Soak 1 c dry soybeans in 3 c water overnight .
方法 我 . 浸泡 1 c 干燥 大豆 在 3 c 水 过夜 .

方法一：将 1 杯干黄豆浸泡在 3 杯水中过夜。

[dreɪn] [[ə; eɪ]] [ænd; ənd] [kʊk] [fɔː(r); fə(r)][wʌn][tuː; tə] 1½ [ˈaʊəz] [ɪn][θriː][siː] [freʃ] [ˈwɔːtə(r)][tuː; tə] [wɪtʃ]
Drain [A] and cook for 1 to 1½ hours in 3 c fresh water to which
流走 [一个] 和 厨师 为了 1 到 1½ 小时 在 3 c 新鲜的 水 到 哪个
[θriː][tiː][sɔːlt][hæv; həv] [biːn] [ˈædɪd] .
3 t salt have been added .
3 t 盐 有 到过 额外 .

沥干[A]，在加入 3 茶匙盐的 3 杯清水中煮 1 至 1.5 小时。

[[ə; eɪ]]
[A]
[一个]

[一个]

[tuː; tə] [seɪv] ['njuːtriənts] , [maɪld] - ['fleɪvəd] ['sɔɪbiːnz] [meɪ] [biː; bi] [kʊkt] [ɪn][ðə; ði]['wɔːtə(r)][ɪn] [wɪtʃ] [ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)] [səʊkt] .
To save nutrients , mild - flavored soybeans may be cooked in the water in which they were soaked .
到 节省 营养 , 温和的 - 调味 大豆 可能 是 煮熟 在 这 水 在 哪个 他们 是 浸泡过 .

为了保留营养成分，味道清淡的大豆可以在浸泡它们的水中煮熟。

['meθəd] [ˌaɪ 'aɪ] .
Method II .
方法 二 .

方法二。

[səʊk] [biːnz] [æz; əz][ɪn] ['meθəd] [ai] , [kʊk] [ɪn][ə; eɪ] ['preʃə(r)] ['kʊkə(r)] [æt; ət] - ['ɛl'biːˈɛs] .
Soak beans as in Method I , cook in a pressure cooker at 10 lbs .
浸泡 豆子 作为 在 方法 我 , 厨师 在 一个 压力 炊具 在 - 磅 .

按照方法一浸泡豆子，在高压锅中以 10 磅的压力烹煮。

['preʃə(r)] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] [ɪn] 1½ [siː]['wɔːtə(r)][tuː; tə] [wɪtʃ] 1½ [tiː][sɔːlt][hæz; həz] [biːn] ['ædɪd] .
pressure for 10 minutes in 1½ c water to which 1½ t salt has been added .
压力 为了 - 分钟 在 1½ c 水 到 哪个 1½ t 盐 有 到过 额外 .

在加入 1.5 茶匙盐的 1.5 杯水中加压 10 分钟。

[ðə; ði] [biːnz] [meɪ] [biː; bi] ['siːz(ə)nd] [wɪð] ['aɪðə(r)]['bʌtə(r)][ɔː(r)] [miːt] [ænd; ənd] [sɜːvd] ,
The beans may be seasoned with either butter or meat and served ,
这 豆子 可能 是 经验丰富的 和 任何一个 黄油 或者 肉 和 服务 ,

豆子可以用黄油或肉调味后食用。

[ɔː(r)] [ðeɪ] [meɪ] [biː; bi] [juːst] [ɪn] ['eni] [ɒv; əv][ðə; ði] ['dɪʃɪz] [fɔː(r); fə(r)] [wɪtʃ] ['neɪvi][ɔː(r)]['liːmə] [biːnz] [ɑː(r); ə(r)] [juːst] .
or they may be used in any of the dishes for which navy or lima beans are used .
或者 他们 可能 是 用过的 在 任何 的 这 菜肴 为了 哪个 海军 或者 利马 豆子 是 用过的 .

或者，它们可以用于任何需要用到白芸豆或利马豆的菜肴中。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)] ['nʌti] [ɪn]['tekstʃə(r)] , [haʊ'evə(r)] , [ðæn; ðən]['ɔːd(ə)n(ə)ri] [biːnz] .
They are more nutty in texture , however , than ordinary beans .
他们 是 更多的 坚果 在 质地 , 然而 , 比 普通的 豆子 .

不过，它们的口感比普通豆子更像坚果。

['rəʊstɪd] ['sɔɪbiːnz]
Roasted Soybeans
烤 大豆

烤大豆

[tuː] ['meθədz] [fɔː(r); fə(r)] ['rəʊstɪŋ] [mə'tʃʊə(r)] ['sɔɪbiːnz] [ɑː(r); ə(r)]['gɪv(ə)n] [bɪ'ləʊ] .
Two methods for roasting mature soybeans are given below .
二 方法 为了 烘焙 成熟 大豆 是 给定 以下 .

下面介绍两种烘烤成熟大豆的方法。

[ðə; ði] ['prɒdʌkts] [ɪn][bəuθ] [keɪsɪz][ɑː(r); ə(r)][ək'septəb(ə)l] , [bʌt; bət] ['meθəd] [ai] [gɪvz] [mɔː(r)][dɪ'zaɪərəb(ə)l] [rɪ'zʌlts] ,
The products in both cases are acceptable , but Method I gives more desirable results ,
这 产品 在 两个都 案例 是 可接受 , 但 方法 我 给予 更多的 理想 结果 ,

两种方法得到的产品都可以接受，但方法一的效果更理想。

[sɪns] [ðə; ði] ['prɒdʌkts] [mɔː(r)] ['nɪəli] [rɪ'zemb(ə)l] ['rəʊstɪd] ['piːnʌts] .
since the products more nearly resemble roasted peanuts .
自从 这 产品 更多的 几乎 类似 烤 花生 .

因为这些产品更接近烤花生。

[ðə; ði] ['sekənd] ['meθəd] [ɪz] [ɪn'kluːdɪd] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [iːz] [ɒv; əv] [ˌprepə'reɪʃ(ə)n] [ænd; ənd] [æz; əz]
The second method is included because of the ease of preparation and as
这 第二 方法 是 包括 因为 的 这 舒适 的 准备 和 作为
[ə; eɪ] [miːnz] [ɒv; əv] [kəns'ɜːvɪŋ] [fæt] .
a means of conserving fat .
一个 方法 的 保护 胖的 .

第二种方法之所以被纳入考虑，是因为它易于准备，而且是一种节约脂肪的方法。

['meθəd] [ai] . [səʊk] [draɪ] ['sɔɪbiːnz] [ˌəʊvə'naɪt] , [ɔː(r)] [ʌn'tɪl] [kəm'pliːtli] ['swəʊlən] .
Method I . Soak dry soybeans overnight , or until completely swollen .
方法 我 . 浸泡 干燥 大豆 过夜 , 或者 直到 完全地 肿 .

方法一：将干黄豆浸泡过夜，或直至完全膨胀。

[draɪ] [ðə; ði] ['sɜːfɪs] [bɪ'twiːn] ['taʊəlz] [ænd; ənd] [fraɪ] [ɪn] [diːp] [fæt] , [ə; eɪ] [fjuː] [biːnz] [æt; ət] [ə; eɪ] [taɪm] ,
Dry the surface between towels and fry in deep fat , a few beans at a time ,
干燥 这 表面 之间 毛巾 和 炒 在 深的 胖的 , 一个 很少 豆子 在 一个 时间 ,

用厨房纸巾擦干豆子表面，然后一次放入几颗豆子，用大油煎炸。

[fɔː(r); fə(r)] [faɪv] [tuː; tə] [eit] ['mɪnɪts] , [dɪ'pendɪŋ] [ə'pɒn] [ðə; ði] [saɪz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [biːnz] (['temprətʃə(r)] ,
for 5 to 8 minutes , depending upon the size of the beans (temperature ,
为了 5 到 8 分钟 , 取决于 之上 这 尺寸 的 这 豆子 (温度 ,
350° [ef] .) .
350° F .) .
350° F .) .

根据豆子的大小，煮 5 到 8 分钟（温度为 350°F）。

[wen] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['slaɪtli] [braʊn] [ænd; ənd] [krɪsp] , [dreɪn] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] [juːz] [æz; əz] ['sɔːltɪd]
When they are slightly brown and crisp , drain , salt , and use as salted
什么时候 他们 是 轻微地 棕色的 和 脆 , 流走 , 盐 , 和 使用 作为 咸的
['piːnʌts] [wʊd] [biː; bi] [juːst] .
peanuts would be used .
花生 会 是 用过的 .

当花生略呈棕色且酥脆时，沥干水分，加盐，即可像咸花生一样食用。

['meθəd] [ˌaɪ 'aɪ] .
Method II .
方法 二 .

方法二。

[səʊk] [biːnz] [ˌəʊvə'naɪt] .
Soak beans overnight .
浸泡 豆子 过夜 .

将豆子浸泡过夜。

[draɪ] ['θʌrəli] [ænd; ənd] [rəʊl] [ɪn] ['meltɪd] [fæt] .
Dry thoroughly and roll in melted fat .
干燥 彻底 和 卷 在 融化 胖的 .

彻底擦干水分，然后在融化的油脂中滚一滚。

[spred] [ɪn] [ə; eɪ] ['ʃæləʊ] [pæn] [ænd; ənd] [rəʊst] [ɪn] [ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] (350° [ef] .) [ʌn'tɪl] [braʊn]
Spread in a shallow pan and roast in a moderate oven (350° F .) until browned
传播 在 一个 浅的 平底锅 和 烤 在 一个 缓和 烤箱 (350° F .) 直到 棕色
.
.
.

将面团铺在浅烤盘中，放入中等温度（350°F）的烤箱中烘烤至呈棕色。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [sɔːlt] [waɪl] [stɪl] [wɔːm] .
Sprinkle with salt while still warm .
撒 和 盐 尽管 仍然 温暖的 .

趁热撒上盐。

['spraʊtɪŋ] [draɪ] ['sɔɪbiːnz]
Sprouting Dry Soybeans
发芽 干燥 大豆

发芽的干大豆

" ['sɔɪbiːnz] , [laɪk] [mʌŋ; muːŋ] [biːnz] , [kæn; kən] [biː; bi] ['spraʊtɪd] [ɪn] [ə; eɪ] ['flaʊə(r)] [pɒt] , [ə; eɪ] [sɪŋk] ['streɪnə(r)] ,
" Soybeans , like mung beans , can be sprouted in a flower pot , a sink strainer ,
" 大豆 , 喜欢 绿豆 豆子 , 能 是 发芽 在 一个 花 锅 , 一个 下沉 滤网 ,

"大豆和绿豆一样，可以在花盆里、水槽滤网里发芽，

[ɔː(r)] ['eni] [kən'teɪnə(r)] [ðæt] [hæz; həz] [həʊlz] [ɪn] [ˌaɪ 'tiː] [fɔː(r); fə(r)] ['dreɪnɪdʒ] [ænd; ənd] [kæn; kən] [biː; bi] ['kʌvəd] .
or any container that has holes in it for drainage and can be covered .
或者 任何 容器 那 有 孔 在 它 为了 引流 和 能 是 涵盖 .

或者任何有排水孔且可以盖上的容器。

[biː; bi] [ʃʊə(r)] [ðə; ði] [kən'teɪnə(r)] [ɪz] [lɑːdʒ] [ɪ'nʌf] ,
Be sure the container is large enough ,
是 当然 这 容器 是 大的 足够的 ,

确保容器足够大。

[fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [biːnz] [swel] [tuː; tə] [æt; ət] [liːst] [sɪks] [taɪmz] [ðeə(r)] [ə'rɪdʒən(ə)l] [bʌlk] [æz; əz] [ðeɪ] [spraʊt] .
for the beans swell to at least six times their original bulk as they sprout .
为了 这 豆子 膨胀 到 在 至少 六 时代 他们的 原来的 大部分 作为 他们 发芽 .

豆子发芽后体积至少会膨胀到原来的六倍。

[səʊk] [ˌəʊvə'naɪt] , [ænd; ənd] [nekst] ['mɔːnɪŋ] [pʊt] [ðə; ði] [biːnz] [ɪn] [ðə; ði] [kən'teɪnə(r)] ,
Soak overnight , and next morning put the beans in the container ,
浸泡 过夜 , 和 下一个 早晨 放 这 豆子 在 这 容器 ,

浸泡过夜，第二天早上把豆子放入容器中。

[[ˌpiː 'dʒiː] [fɔːr]]
[Pg 4]
[页 4]

[第4页]

['kʌvə(r)] , [ænd; ənd] [liːv] [ðem; ðəm] [ɪn] [ə; eɪ] [wɔːm] [pleɪs] .
cover , and leave them in a warm place .
覆盖 , 和 离开 他们 在 一个 温暖的 地方 .

盖好，放在温暖的地方。

[flʌd] [wɪð] [ˌluːk'wɔːm] ['wɔːtə(r)] [æt; ət] [liːst] [fɔː(r)] [ɔː(r)] [faɪv] [taɪmz] [iːtʃ] [deɪ] ['djʊərɪŋ] [ðə; ði] ['spraʊtɪŋ] ['pɪəriəd] .
Flood with lukewarm water at least four or five times each day during the sprouting period .
洪水 和 温 水 在 至少 四 或者 五 时代 每个 天 期间 这 发芽 时期 .

在发芽期间，每天至少用温水浇灌四到五次。

[ɪn] [fɔːr] [tuː; tə] [sɪks] [deɪz] [ðə; ði] [spraʊts] [wɪl] [biː; bi] [ˌtuː'tuː] [tuː; tə] [θriː] ['ɪntʃɪz] [lɒŋ] .
In 4 to 6 days the sprouts will be 2 to 3 inches long .
在 4 到 6 天 这 芽苗菜 将要 是 2 到 3 英寸 长的 .

4到6天后，芽苗将长到2到3英寸长。

[ðen] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [kept] [ɪn][ə; eɪ] [kuːl] [pleɪs] , [dʒʌst][æz; əz] ['eni] [freʃ] ['vedʒtəb(ə)l] .
Then they should be kept in a cool place , just as any fresh vegetable .
然后 他们 应该 是 保留 在 一个 凉爽的 地方 , 只是 作为 任何 新鲜的 蔬菜 .

然后应该像其他新鲜蔬菜一样，放在阴凉处保存。

" ([juː] . [es] . [diː] . [ə; eɪ] . ['liːflət] [nəʊ] . - , ['sɔɪbiːnz] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]['teɪb(ə)l] .)
" (U . S . D . A . Leaflet No . 166 , Soybeans for the Table .)
" (U . S . D . 一个 . 传单 不 . - , 大豆 为了 这 桌子 .)

（美国农业部第166号宣传册，《食用大豆》）

[sʌm; səm] [ɔː'θɒrətiz] [ɑː(r); ə(r)] [ˌrekə'mendɪŋ] [ðə; ði][juːz][ɒv; əv] ['klɔːrɪˌneɪtɪd] [laɪm] (['kælsiəm]
Some authorities are recommending the use of chlorinated lime (calcium
一些 当局 是 推荐 这 使用 的 氯化 酸橙 (钙
[ˌhaɪpəʊ'klɔːraɪt]) ['djʊərɪŋ][ðə; ði] ['spraʊtɪŋ] ['pɪəriəd][tuː; tə] [dɪs'kʌrɪdʒ] [ðə; ði] [ɡrəʊθ] [ɒv; əv][məʊld]
hypochlorite) during the sprouting period to discourage the growth of mold
次氯酸盐) 期间 这 发芽 时期 到 阻碍 这 生长 的 模具
[ænd; ənd][bæk'tɪəriə] .
and bacteria .
和 细菌 .

一些权威人士建议在发芽期使用氯化石灰（次氯酸钙）来抑制霉菌和细菌的生长。

[ðə; ði] [ə'maʊnts] [sə'dʒestid] [reɪndʒ][frɒm; frəm] ½ [tuː; tə][wʌn][tiː][pə(r)]['ɡælən][ɒv; əv]['wɔːtə(r)] .
The amounts suggested range from ½ to 1 t per gallon of water .
这 金额 建议 范围 从 ½ 到 1 t 每 加仑 的 水 .

建议用量为每加仑水 ½ 至 1 吨。

[ðɪs] ['klɔːrɪˌneɪtɪd] ['wɔːtə(r)][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [juːst] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][lɑːst] ['sprɪŋklɪŋ] [iːtʃ] [deɪ] ,
This chlorinated water should be used for the last sprinkling each day ,
这 氯化 水 应该 是 用过的 为了 这 最后的 洒 每个 天 ,

每天最后一次洒水应该使用这种含氯水。

[ænd; ənd][æt; ət]['ʌðə(r)] [taɪmz] [pleɪn]['wɔːtə(r)][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [juːst] .
and at other times plain water should be used .
和 在 其他 时代 清楚的 水 应该 是 用过的 .

其他时候则应使用清水。

[ˌaɪ 'tiː][hæz; həz]['ɔːlsəʊ] [biːn] [faʊnd] [ðæt] [ðə; ði] ['sɔɪbiːnz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [kept] [ə'weɪ] [frɒm; frəm][ðə; ði]
It has also been found that the soybeans should be kept away from the
它 有 还 到过 成立 那 这 大豆 应该 是 保留 离开 从 这
[laɪt] [waɪl] ['spraʊtɪŋ] [ɔː(r)] [ðeɪ] [wɪl] [dɪ'veləp] [æn; ən][ˌʌndɪ'zaɪərəb(ə)l]['kʌlə(r)] .
light while sprouting or they will develop an undesirable color .
光 尽管 发芽 或者 他们 将要 发展 一个 不理想的 颜色 .

研究还发现，大豆发芽时应避光，否则会呈现不理想的颜色。

[ðə; ði][fɜːst] ['rekwɪzɪt] [fɔː(r); fə(r)] ['sɔɪbiːnz] [tuː; tə][biː; bi] ['spraʊtɪd] [ɪz][ə; eɪ][və'raɪəti] [ðæt] [wɪl] ['dʒɜːmɪneɪt]
The first requisite for soybeans to be sprouted is a variety that will germinate
这 第一的 必需品 为了 大豆 到 是 发芽 是 一个 种类 那 将要 发芽
['redɪli] .
readily .
容易 .

大豆发芽的首要条件是选择容易发芽的品种。

[[ˌhænd'rɪt(ə)n] [nəʊt] :
[Handwritten note :
[手写 笔记 :

【手写笔记:】

[ɡriːn] [beɪkt] [wʌnz]
green baked ones
绿色的 烘焙 一个

绿色烤肉

[ɑː(r); ə(r)] [dɪ'lɪʃəs] [tuː] .
are delicious too .
是 可口的 也 .

也很好吃。

[beɪk] [æz; əz][draɪ][wʌnz]
bake as dry ones
烤 作为 干燥 一个

像干面包一样烘烤

['əʊnli][nəʊ] ['səʊkɪŋ] [ɔː(r)]['priː] ['kʊkɪŋ] [ɪz] ['niːdɪd] .]
only no soaking or pre cooking is needed .]
仅有的 不 浸泡 或者 预 烹饪 是 需要 .]

无需浸泡或预先烹煮。

[ˌɪlə'nɔɪz] [beɪkt] ['sɔɪbiːnz]
Illinois Baked Soybeans
伊利诺伊州 烘焙 大豆

伊利诺伊州烤大豆

[θriː][siː] [kʊkt] ['sɔɪbiːnz]
3 c cooked soybeans
3 c 煮熟 大豆

3杯煮熟的黄豆

[θriː] / [eit][tiː] ['mʌstəd]
3 / 8 t mustard
3 / 8 t 芥末

3/8 茶匙芥末酱

[wʌn][tiː][sɔːlt]
1 t salt
1 t 盐

1茶匙盐

[wʌn] / [eit][tiː]['pepə(r)]
1 / 8 t pepper
1 / 8 t 胡椒

1/8 茶匙胡椒粉

[θriː][tiː] [mə'læsɪz]
3 T molasses
3 T 糖蜜

汤匙糖蜜

½ [siː] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)]
½ c boiling water
½ c 沸腾 水

半杯沸水

½ [siː] ['tʃɪli] [sɔːs]
½ c chili sauce
½ c 辣椒 酱

半杯辣椒酱

¼ ['el biː] [daɪst] [sɔːlt] [pɔːk]
¼ lb diced salt pork
¼ 磅 切丁 盐 猪肉

¼磅切丁咸猪肉

[kəm'baɪn] ['θʌrəli] , [ɪn][ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] , [ɔːl][ðə; ði] [ɪn'griːdiənts] [ɪk'sept] [sɔːlt] [pɔːk] .
Combine thoroughly , in a baking dish , all the ingredients except salt pork .
结合 彻底 , 在 一个 烘烤 盘子 , 全部 这 原料 除了 盐 猪肉 .

将除咸肉以外的所有食材在烤盘中充分混合。

[kʊk] [ðə; ði][sɔːlt] [pɔːk] [ɪn][ə; eɪ] ['fraɪɪŋ] [pæn] [ʌn'tɪl] ['delɪkətli] [braʊn] .
Cook the salt pork in a frying pan until delicately browned .
厨师 这 盐 猪肉 在 一个 煎炸 平底锅 直到 轻柔地 棕色 .

将咸肉放入煎锅中煎至表面略呈褐色。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['meltɪd] [fæt][tuː; tə][ðə; ði] [biːnz] [ænd; ənd] [pleɪs] [ðə; ði] [sk'weəz] [ɒv; əv] [pɔːk] [ɒn][tɒp] .
Add the melted fat to the beans and place the squares of pork on top .
添加 这 融化 胖的 到 这 豆子 和 地方 这 正方形 的 猪肉 在 顶部 .

将融化的油脂倒入豆子中，然后将猪肉块放在上面。

[beɪk] [æt; ət] 350° [fɔː(r); fə(r)] 1¾ [tuː; tə][ˌtuː'tuː] ['aʊəz] .
Bake at 350° for 1¾ to 2 hours .
烤 在 350° 为了 1¾ 到 2 小时 .

在 350° 下烘烤 1¾ 到 2 小时。

[beɪkt] ['sɔɪbiːnz] [krəu'kets]
Baked Soybeans Croquettes
烘焙 大豆 炸丸子

烤大豆丸子

[ˌtuː'tuː][tiː] [mɪnst] ['ʌnjən]
2 T minced onion
2 T 剁碎 洋葱

2汤匙切碎的洋葱

1½ [siː] ['seləri] , [daɪst]
1½ c celery , diced
1½ c 芹菜 , 切丁

1.5 杯芹菜丁

1½ [tiː][sɔːlt]
1½ t salt
1½ t 盐

1.5 茶匙盐

[wʌn][siː][tə'mɑːtəʊ]['pjʊəreɪ]
1 c tomato puree
1 c 番茄 菜泥

杯番茄泥

[faɪv][tiː]['flaʊə(r)]
5 T flour
5 T 面粉

5汤匙面粉

[ˌtuː'tuː][tiː][fæt]
2 T fat
2 T 胖的

2汤匙脂肪

[θriː][siː] ['sɒɪbiːn] [pʌlp] ([kʊkt] [ænd; ənd] [graʊnd])
3 c soybean pulp (cooked and ground)
3 c 大豆 纸浆 (煮熟 和 地面)

杯大豆浆（煮熟磨碎）

[ˌeɪ diː 'diː] [mɪnst] ['ʌnjən] , ['seləri] ([tʌf] ['seləri] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['pɑːbɔil]) ,
Add minced onion , celery (tough celery should be parboiled) ,
添加 剁碎 洋葱 , 芹菜 (艰难的 芹菜 应该 是 半熟) ,

加入切碎的洋葱、芹菜（较硬的芹菜应先焯水），

[ænd; ənd][sɔːlt][tuː; tə][tə'mɑːtəʊz][ænd; ənd] [brɪŋ] [tuː; tə][ə; eɪ][bɔɪl] .
and salt to tomatoes and bring to a boil .
和 盐 到 西红柿 和 带来 到 一个 熬 .

往番茄里加盐，煮沸。

[mɪks][ðə; ði]['flaʊə(r)][ænd; ənd][fæt][tə'geðə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] [tə'mɑːtəʊ]['pjʊəreɪ] , [ænd; ənd]
Mix the flour and fat together , add the boiling tomato puree , and
混合 这 面粉 和 胖的 一起 , 添加 这 沸腾 番茄 菜泥 , 和
[kʊk] [tuː; tə][ə; eɪ] [θɪk] [peɪst] .
cook to a thick paste .
厨师 到 一个 厚的 粘贴 .

将面粉和油脂混合在一起，加入沸腾的番茄泥，煮成浓稠的糊状。

[kuːl] , [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː] ['sɒɪbiːn] [pʌlp] .
Cool , and add soybean pulp .
凉爽的 , 和 添加 大豆 纸浆 .

冷却后，加入豆渣。

[ʃeɪp] ['ɪntuː] [krəu'kets] ; [rəʊl][ɪn] [kɔːn] [fleɪks] .
Shape into croquettes ; roll in corn flakes .
形状 进入 炸丸子 ; 卷 在 玉米 薄片 .

做成炸丸子状；裹上玉米片。

[dɪp][ɪn] [eg] [ænd; ənd][mɪlk]['mɪkstʃə(r)][ænd; ənd][rəʊl][ə'gen][ɪn] [kɔːn] [fleɪks] .
Dip in egg and milk mixture and roll again in corn flakes .
蘸 在 蛋 和 牛奶 混合物 和 卷 再次 在 玉米 薄片 .

蘸上蛋奶液，再裹上一层玉米片。

[pleɪs] [ɒn][ə; eɪ] [griːzd] [ʃiːt] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ][hɒt]['ʌv(ə)n] (410° [ef] .) [fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə]
Place on a greased sheet and bake in a hot oven (410° F .) for 20 to
地方 在 一个 涂油 床单 和 烤 在 一个 热的 烤箱 (410° F .) 为了 - 到
- ['mɪnɪts] .
30 minutes .
- 分钟 .

放在涂了油的烤盘上，放入高温烤箱（410°F）烘烤20至30分钟。

[jiːld] : - [tuː; tə] - [krəu'kets] .
Yield : 10 to 12 croquettes .
屈服 : - 到 - 炸丸子 .

产量：10至12个炸丸子。

['kɒtɪdʒ] [tʃiːz] ['sɒɪbiːn] [ləʊf]
Cottage Cheese Soybean Loaf
小屋 奶酪 大豆 面包

农家奶酪大豆面包

½ [siː] ['rəʊstɪd] ['sɔɪbiːnz]
½ c roasted soybeans
½ c 烤 大豆

½ 杯烤大豆

[wʌn][tiː] [tʃɒpt] ['ʌnjən]
1 T chopped onion
1 T 切碎 洋葱

1汤匙切碎的洋葱

[wʌn][siː] ['kɒtɪdʒ] [tʃiːz]
1 c cottage cheese
1 c 小屋 奶酪

杯乡村奶酪

[wʌn][siː] ['sɒɪbiːn] [pʌlp] ([kʊkt] [ænd; ənd] [graʊnd])
1 c soybean pulp (cooked and ground)
1 c 大豆 纸浆 (煮熟 和 地面)

杯大豆浆（煮熟磨碎）

[wʌn][siː][mɪlk]
1 c milk
1 c 牛奶

1 杯牛奶

[wʌn] [eg] , ['slaɪtli] ['biːt(ə)n]
1 egg , slightly beaten
1 蛋 , 轻微地 被打败

1个鸡蛋，略微打散

[wʌn][tiː][fæt]
1 T fat
1 T 胖的

1汤匙脂肪

½ [tiː][sɔːlt]
½ t salt
½ t 盐

½ 茶匙盐

[wʌn][tiː] ['pəʊltri] ['siːzənɪŋ]
1 t poultry seasoning
1 t 家禽 调料

1茶匙家禽调味料

['pepə(r)]
Pepper
胡椒

胡椒

[kəm'baɪn] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [griːzd] [ləʊf][pæn][ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] (350° [ef] .) [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .
Combine ingredients and bake in a greased loaf pan in a moderate oven (350° F .) for 30 minutes .
结合 原料 和 烤 在 一个 涂油 面包 平底锅 在 一个 缓和 烤箱 (350° F .) 为了 - 分钟 .

将所有材料混合，放入抹了油的吐司模具中，在中等温度（350°F）的烤箱中烘烤 30 分钟。

[jiːld] : [sɪks] [s'ɜːvɪŋz] .
Yield : 6 servings .
屈服 : 6 份量 .

份量：6人份。

['sɒɪbiːn] [ləʊf]
Soybean Loaf
大豆 面包

大豆面包

[fɔːr][siː] [kʊkt] ['sɔɪbiːnz]
4 c cooked soybeans
4 c 煮熟 大豆

杯煮熟的黄豆

[wʌn][siː][draɪ] [bred] [krʌmz]
1 c dry bread crumbs
1 c 干燥 面包 面包屑

杯干面包屑

[ˌtuː'tuː][tiː] ['piːnʌt] ['bʌtə(r)]
2 T peanut butter
2 T 花生 黄油

2汤匙花生酱

[wʌn][tiː] ['pəʊltri] ['siːzənɪŋ]
1 T poultry seasoning
1 T 家禽 调料

1汤匙家禽调味料

[wʌn][siː][mɪlk] ([mɔː(r)] , [ɪf] ['niːdɪd])
1 c milk (more , if needed)
1 c 牛奶 (更多的 , 如果 需要)

杯牛奶（如果需要，可以多加一些）

½ [tiː]['pepə(r)]
½ t pepper
½ t 胡椒

½茶匙胡椒粉

[graɪnd] ['sɔɪbiːnz] ['kɔːsli] [ænd; ənd] [kəm'baɪn] [wɪð] ['ʌðə(r)] [ɪn'griːdiənts] .
Grind soybeans coarsely and combine with other ingredients .
研磨 大豆 粗略地 和 结合 和 其他 原料 .

将黄豆粗磨，与其他配料混合。

[ˌeɪ diː 'diː] [ɪ'nʌf] [mɪlk] [tuː; tə] ['mɔɪsn] .
Add enough milk to moisten .
添加 足够的 牛奶 到 濡 .

加入足够的牛奶使其湿润。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] (350° [ef] .) [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .
Bake in a moderate oven (350° F .) for 30 minutes .
烤 在 一个 缓和 烤箱 (350° F .) 为了 - 分钟 .

在中等温度（350°F）的烤箱中烘烤 30 分钟。

[ðə; ði] ['piːnʌt] ['bʌtə(r)] [meɪ] [biː; bi] [əʊ'mɪtɪd] [frɒm; frəm] [ðɪs] ['resəpi] [ɪf] [səʊ] [dɪ'zaɪəd] .
The peanut butter may be omitted from this recipe if so desired .
这 花生 黄油 可能 是 省略 从 这 食谱 如果 所以 想要的 .

如果不喜欢花生酱，可以省略。

[jiːld] : [sɪks][tuː; tə][eit] [s'ɜːvɪŋz] .
Yield : 6 to 8 servings .
屈服 : 6 到 8 份量 .

份量：6至8人份。

[[ˌpiː 'dʒiː][faɪv]]
[Pg 5]
[页 5]

[第5页]

['sɒɪbiːn] ['sænwɪtʃ] ['fɪlɪŋ]
Soybean Sandwich Filling
大豆 三明治 填充

大豆三明治馅料

[wʌn][siː] [tʃɒpt] [kʊkt] ['sɔɪbiːnz]
1 c chopped cooked soybeans
1 c 切碎 煮熟 大豆

杯切碎的熟黄豆

¼ [siː] [tʃɒpt] ['ɒlɪvz] [ɔː(r)] ['pɪklz]
¼ c chopped olives or pickles
¼ c 切碎 橄榄 或者 泡菜

¼ 杯切碎的橄榄或腌黄瓜

[wʌn][tiː] [tʃɒpt] [griːn] ['ʌnjən]
1 t chopped green onion
1 t 切碎 绿色的 洋葱

1茶匙切碎的葱

¼ [tiː][sɔːlt]
¼ t salt
¼ t 盐

¼ 茶匙盐

[ˌtuː'tuː][tiː] [ˌmeɪə'neɪz]
2 T mayonnaise
2 T 蛋黄酱

2汤匙蛋黄酱

[blend] [ðə; ði] [ɪn'griːdiənts] [tuː; tə][ðə; ði]['prɒpə(r)] [kən'sɪstənsi] [fɔː(r); fə(r)] ['spredɪŋ] .
Blend the ingredients to the proper consistency for spreading .
混合 这 原料 到 这 恰当的 一致性 为了 传播 .

将所有材料混合至适合涂抹的稠度。

[sɜːv] [ðə; ði] ['sænwɪtʃz] ['aɪðə(r)] ['təʊstɪd] [ɔː(r)] [pleɪn] .
Serve the sandwiches either toasted or plain .
服务 这 三明治 任何一个 烤过的 或者 清楚的 .

三明治可以烤着吃，也可以不烤着吃。

[jiːld] : [fɔːr] [lɑːdʒ] ['sænwɪtʃz] .
Yield : 4 large sandwiches .
屈服 : 4 大的 三明治 .

产量：4 个大三明治。

['sɒɪbiːn] [drɒp] ['kʊkiz]
Soybean Drop Cookies
大豆 降低 曲奇饼

大豆曲奇

2¾ [siː]['flaʊə(r)]
2¾ c flour
2¾ c 面粉

2¾ 杯面粉

½ [tiː][sɔːlt]
½ t salt
½ t 盐

½ 茶匙盐

[fɔːr][tiː] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
4 t baking powder
4 t 烘烤 粉末

4茶匙泡打粉

[wʌn][siː][fæt]
1 c fat
1 c 胖的

杯脂肪

[wʌn] - [ˌtuː'tuː] / [θriː][siː]['ʃʊgə(r)]
1 - 2 / 3 c sugar
1 - 2 / 3 c 糖

1又2/3杯糖

[ˌtuː'tuː] [egz]
2 eggs
2 鸡蛋

2个鸡蛋

2¾ [siː] ['sɒɪbiːn] [pʌlp] ([kʊkt] [ænd; ənd] [graʊnd])
2¾ c soybean pulp (cooked and ground)
2¾ c 大豆 纸浆 (煮熟 和 地面)

2¾ 杯大豆浆（煮熟磨碎）

[wʌn] / [θriː][siː][mɪlk]
1 / 3 c milk
1 / 3 c 牛奶

1/3 杯牛奶

[wʌn][tiː]['lemən] ['fleɪvərɪŋ]
1 t lemon flavoring
1 t 柠檬 调味

1茶匙柠檬香精

[sɪft] [tə'geðə(r)] [ðə; ði]['flaʊə(r)] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] .
Sift together the flour , salt , and baking powder .
筛 一起 这 面粉 , 盐 , 和 烘烤 粉末 .

将面粉、盐和泡打粉一起过筛。

[kriːm] [ðə; ði][fæt][ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .
Cream the fat and sugar .
奶油 这 胖的 和 糖 .

将油脂和糖搅打均匀。

[ˌeɪ diː 'diː]['biːt(ə)n] [egz] [ænd; ənd] ['sɒɪbiːn] [pʌlp] .
Add beaten eggs and soybean pulp .
添加 被打败 鸡蛋 和 大豆 纸浆 .

加入打散的鸡蛋和豆渣。

[ˌeɪ diː 'diː][mɪlk][ænd; ənd]['sɪftɪd] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ɔːl'tɜːnətli] .
Add milk and sifted dry ingredients alternately .
添加 牛奶 和 筛过的 干燥 原料 交替 .

交替加入牛奶和过筛后的干料。

[drɒp] [baɪ] ['tiːspuːn,ful] [ɒn][ə; eɪ] [griːzd] ['beɪkɪŋ] [ʃiːt] [ænd; ənd] [beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [ɪn]
Drop by teaspoonfuls on a greased baking sheet and bake 10 to 15 minutes in
降低 经过 茶匙 在 一个 涂油 烘烤 床单 和 烤 - 到 - 分钟 在
[ə; eɪ][hɒt]['ʌv(ə)n] (400° [ef] .) .
a hot oven (400° F .) .
一个 热的 烤箱 (400° F .) .

用茶匙将面糊舀到涂了油的烤盘上，放入预热至华氏400度（摄氏204度）的烤箱中烘烤10至15分钟。

[fɔː(r); fə(r)][və'raɪəti] 1½ [siː]['reɪzɪnz][ɔː(r)][wʌn][siː] [nʌts] [meɪ] [biː; bi] ['ædɪd] [tuː; tə] [ðɪs] ['resəpi] .
For variety 1½ c raisins or 1 c nuts may be added to this recipe .
为了 种类 1½ c 葡萄干 或者 1 c 坚果 可能 是 额外 到 这 食谱 .

为了增加风味，可以在食谱中加入 1.5 杯葡萄干或 1 杯坚果。

[wʌn] - [θɜːd] [les] ['ʃɔːtnɪŋ] [meɪ] [biː; bi] [juːst] [ɪf] [ə; eɪ]['pleɪnə(r)] ['kʊki] [ɪz] [dɪ'zaɪəd] .
One - third less shortening may be used if a plainer cooky is desired .
一 - 第三 较少的 缩短 可能 是 用过的 如果 一个 更朴素 饼干 是 想要的 .

如果想要口感更清淡的饼干，可以减少三分之一的起酥油用量。

[ðɪs] [ə'maʊnt] [meɪks] ['sɛvən]['dʌz(ə)n] [smɔːl] ['kʊkiz] .
This amount makes 7 dozen small cookies .
这 数量 制作 7 打 小的 曲奇饼 .

这些材料可以做7打小饼干。

[weɪz] [ɒv; əv] ['juːzɪŋ] ['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)] [wɪð] [wiːt] ['flaʊə(r)]
WAYS OF USING SOYBEAN FLOUR WITH WHEAT FLOUR
方式 的 使用 大豆 面粉 和 小麦 面粉

大豆粉与小麦粉的搭配使用方法

['sɒɪbiːn] ['flauəz] [wɪl] ['prɒbəbli] [biː; bi] [faʊnd] [ɒn] [ðə; ði] ['mɑːkɪt] [mɔː(r)] ['dʒen(ə)rəli] [ɪn] [ðə; ði] [nɪə(r)]
Soybean flours will probably be found on the market more generally in the near
大豆 面粉 将要 大概 是 成立 在 这 市场 更多的 一般来说 在 这 靠近
['fjuːtʃə(r)] [ðæn; ðən] [ðeɪ] [hæv; həv] [biːn] [ɪn] [ðə; ði] [pɑːst] ,
future than they have been in the past ,
未来 比 他们 有 到过 在 这 过去的 ,

在不久的将来，大豆粉在市场上可能会比以往更加普及。

[ænd; ənd] ['həʊmmeɪkə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [əd'vaɪzd] [tuː; tə] [teɪk] [əd'vɑːntɪdʒ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˌɒpə'tjuːnəti] [tuː; tə]
and homemakers are advised to take advantage of the opportunity to
和 家庭主妇 是 建议 到 拿 优势 的 这 机会 到
[juːz] [ðem; ðəm] .
use them .
使用 他们 .

建议家庭主妇们抓住机会使用这些工具。

[ðiːz] ['flauəz] [ɑː(r); ə(r)] [kən'sɪdəd] [æn; ən] [ɪ'speʃəli] ['væljuəb(ə)l] ['sʌplɪmənt] [tuː; tə] [wiːt] ['flaʊə(r)] ,
These flours are considered an especially valuable supplement to wheat flour ,
这些 面粉 是 经过考虑的 一个 尤其 有价值的 补充 到 小麦 面粉 ,

这些面粉被认为是小麦粉的一种特别有价值的补充。

[sɪns] [ðeɪ] [ɪn'hɑːns] [ðə; ði] ['njuːtrətɪv] ['væljuː] [ɒv; əv] [beɪkt] ['prɒdʌkts] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['stændpɔɪnt]
since they enhance the nutritive value of baked products from the standpoint
自从 他们 提高 这 营养 价值 的 烘焙 产品 从 这 立场
[ɒv; əv] ['prəʊtiːn] ,
of protein ,
的 蛋白质 ,

因为它们从蛋白质的角度提高了烘焙产品的营养价值，

['mɪnərəlz] , [ænd; ənd] ['sɜːt(ə)n] ['membəz] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['vɪtəmɪn] [biː] ['kɒmpleks] .
minerals , and certain members of the vitamin B complex .
矿物 , 和 肯定 成员 的 这 维他命 B 复杂的 .

矿物质和某些B族维生素。

[æt; ət] [ðə; ði] ['prez(ə)nt] [taɪm] ['mɪləz] [ɑː(r); ə(r)] [prɪ'peərɪŋ] [θriː] [taɪps] [ɒv; əv] ['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)] , [wɪtʃ]
At the present time millers are preparing three types of soybean flour , which
在 这 展示 时间 磨坊主 是 准备 三 类型 的 大豆 面粉 , 哪个
['dɪfə(r)] [ɪn] [fæt] ['kɒntent] .
differ in fat content .
不同 在 胖的 内容 .

目前，磨坊主正在生产三种类型的豆粉，它们的脂肪含量各不相同。

[wʌn] [taɪp] [kən'teɪnz] [ɔːl] [ðə; ði] [fæt] [faʊnd] [ɪn] [ðə; ði] [ə'rɪdʒən(ə)l] ['sɒɪbiːn] [ænd; ənd] [ɪz] [nəʊn] [æz; əz]
One type contains all the fat found in the original soybean and is known as
一 类型 包含 全部 这 胖的 成立 在 这 原来的 大豆 和 是 已知 作为
[haɪ] - [fæt] [ɔː(r)] [fʊl] - [fæt] ['flaʊə(r)] .
high - fat or full - fat flour .
高的 - 胖的 或者 满的 - 胖的 面粉 .

其中一种含有大豆原豆中的所有脂肪，被称为高脂或全脂面粉。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['ɔːlsəʊ] [tuː] [ləʊ] - [fæt] ['flauəz] [frɒm; frəm] [wɪtʃ] ['dɪfrənt] [ə'maʊnts] [ɒv; əv] [fæt]
There are also two low - fat flours from which different amounts of fat
那里 是 还 二 低的 - 胖的 面粉 从 哪个 不同的 金额 的 胖的
[hæv; həv] [biːn] [rɪ'muːvd] .
have been removed .
有 到过 已移除 .

还有两种低脂面粉，分别去除了不同量的脂肪。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɒv; əv] [ðiːz] ['dɪfərənsɪz] [ænd; ənd][ðə; ði][fækt] [ðæt] ['sɔɪbiːn] ['flaʊə(r)] [kən'teɪnz] ['lɪt(ə)l][ɔː(r)]
Because of these differences and the fact that soybean flour contains little or
因为 的 这些 差异 和 这 事实 那 大豆 面粉 包含 小的 或者
[nəʊ] [stɑːtʃ] [ænd; ənd][nəʊ] ['gluːtn] ,
no starch and no gluten ,
不 淀粉 和 不 麸质 ,

由于这些差异，以及大豆粉几乎不含淀粉和麸质，

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][waɪz][tuː; tə][juːz]['resəpɪz] [ðæt] [ɑː(r); ə(r)] [dɪ'veləpt] [fɔː(r); fə(r)] ['sɔɪbiːn] ['flaʊə(r)] [ɪf] ['eni]
it is wise to use recipes that are developed for soybean flour if any
它 是 明智的 到 使用 食谱 那 是 发达 为了 大豆 面粉 如果 任何
[ə'priːʃəb(ə)l] [ə'maʊnt] [ɪz][tuː; tə][biː; bi] [ɪn'kɔːpəreɪtɪd] .
appreciable amount is to be incorporated .
值得赞赏 数量 是 到 是 公司 .

如果需要加入较大量的豆粉，最好使用专为豆粉开发的食谱。

[ə; eɪ] [smɔːl] [ə'maʊnt] [ɒv; əv]['flaʊə(r)][kæn; kən][biː; bi] ['ædɪd] [tuː; tə] ['meni] ['resəpɪz] ([ʌp][tuː; tə][ˌtuː'tuː][tiː]
A small amount of flour can be added to many recipes (up to 2 T
一个 小的 数量 的 面粉 能 是 额外 到 许多 食谱 (向上 到 2 T
['sɔɪbiːn] ['flaʊə(r)][tuː; tə] - [tiː] [wiːt] ['flaʊə(r)]) [wɪ'ðaʊt] ['ɔːltərɪŋ] [ðə; ði]['ʌðə(r)] [ɪn'griːdiənts] ,
soybean flour to 14 T wheat flour) without altering the other ingredients ,
大豆 面粉 到 - T 小麦 面粉) 没有 改变 这 其他 原料 ,

许多食谱中可以添加少量面粉（最多 2 汤匙大豆粉配 14 汤匙小麦粉），而不会改变其他配料。

[bʌt; bət] [ə'bʌv] [ðɪs] [ə'maʊnt] [ə; eɪ]['speʃ(ə)l] ['resəpi] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [juːst] .
but above this amount a special recipe should always be used .
但 多于 这 数量 一个 特别的 食谱 应该 总是 是 用过的 .

但超过这个量就必须使用特殊配方。

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['resəpɪz] [ɪn'kluːd] [də'rekʃ(ə)nz][fɔː(r); fə(r)] [ɪn'kɔːpəreɪtɪŋ] [frɒm; frəm] - [tuː; tə] - [pə(r)]
The following recipes include directions for incorporating from 15 to 100 per
这 下列的 食谱 包括 方向 为了 合并 从 - 到 - 每
[sent] ['sɔɪbiːn] ['flaʊə(r)] .
cent soybean flour .
中心 大豆 面粉 .

以下食谱包含添加 15% 至 100% 大豆粉的说明。

['sɔɪbiːn] ['flaʊə(r)][kæn; kən][biː; bi] [juːst] [æz; əz][ə; eɪ] [miːt] [ɪks'tendə(r)] , [ɪn] ['greivi] , [suːps] , [ænd; ənd]
Soybean flour can be used as a meat extender , in gravies , soups , and
大豆 面粉 能 是 用过的 作为 一个 肉 延长器 , 在 肉汁 , 汤 , 和
['sɔːsɪz] ,
sauces ,
酱汁 ,

大豆粉可以用作肉类增稠剂，也可用于肉汁、汤和调味汁中。

[ænd; ənd][ɪn][ə; eɪ][və'raɪəti][ɒv; əv] [beɪkt] ['prɒdʌkts] .
and in a variety of baked products .
和 在 一个 种类 的 烘焙 产品 .

以及各种烘焙产品中。

[wen] ['sʌbstɪtjuːtɪd] [fɔː(r); fə(r)] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [wiːt] ['flaʊə(r)][ɪn][ə; eɪ]['resəpi] ,
When substituted for part of the wheat flour in a recipe ,
什么时候 替代 为了 部分 的 这 小麦 面粉 在 一个 食谱 ,

当用它代替食谱中的部分小麦粉时，

['sɔɪbiːn] ['flaʊə(r)][hæz; həz][ðə; ði] [əd'vɑːntɪdʒ] [ɒv; əv] ['gɪvɪŋ] [ə; eɪ] ['prɒdʌkt] [wɪtʃ] [tend] [tuː; tə] [braʊn]
soybean flour has the advantage of giving a product which tends to brown
大豆 面粉 有 这 优势 的 给予 一个 产品 哪个 倾向于 到 棕色的
[mɔː(r)] ['redɪli] [ænd; ənd] [wɪl] [kiːp] [freʃ] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ][lɒŋgə(r)][taɪm] .
more readily and will keep fresh for a longer time .
更多的 容易 和 将要 保持 新鲜的 为了 一个 更长 时间 .

大豆粉的优点是能使产品更容易褐变，并能保持更长时间的新鲜。

['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)]['ɔːlsəʊ] [ɪm'pruːvz] [ðə; ði] [krʌst] [ɒv; əv] [bredz] [ænd; ənd] ['kɔːzɪz] [ðem; ðəm][tuː; tə] [təʊst]
Soybean flour also improves the crust of breads and causes them to toast
大豆 面粉 还 改善 这 地壳 的 面包 和 原因 他们 到 吐司

['iːv(ə)n]['betə(r)][ðæn; ðən]['juːʒuəl] .
even better than usual .
甚至 更好的 比 通常 .

大豆粉还能改善面包皮的质地，使面包烤得比平时更好。

[[ˌpiː 'dʒiː][sɪks]]
[Pg 6]
[页 6]

[第6页]

['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)] [jiːst] [bred]
Soybean Flour Yeast Bread
大豆 面粉 酵母 面包

大豆粉酵母面包

[wʌn][siː] [skɪmd] [mɪlk]
1 c skimmed milk
1 c 脱脂 牛奶

杯脱脂牛奶

[wʌn] [keɪk] [kəm'prest] [jiːst]
1 cake compressed yeast
1 蛋糕 压缩 酵母

1块压缩酵母

[ˌtuː'tuː][tiː]['ʃʊgə(r)]
2 T sugar
2 T 糖

2汤匙糖

1½ [tiː][fæt]
1½ T fat
1½ T 胖的

1.5 汤匙脂肪

[ˌtuː'tuː][tiː]['wɔːtə(r)]
2 T water
2 T 水

汤匙水

1¾ [tiː][sɔːlt]
1¾ t salt
1¾ t 盐

1¾ 茶匙盐

[θriː][tuː; tə] 3½ [siː] ['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)]['mɪkstʃə(r)]
3 to 3½ c soybean flour mixture
3 到 3½ c 大豆 面粉 混合物

3至3.5杯大豆粉混合物

[prɪ'peəd] [æz; əz] [f'ɒləʊz] :
prepared as follows :
准备 作为 跟随 :

准备工作如下：

[mɪks] ½ [siː] ['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)] [wɪð]
Mix ½ c soybean flour with
混合 ½ c 大豆 面粉 和

将 ½ 杯大豆粉与

[θriː][siː] [waɪt] ['flaʊə(r)][ænd; ənd][juːz]

3 c white flour and use

3 c 白色的 面粉 和 使用

杯白面粉，并使用

[ə'maʊnt] ['niːdɪd] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ]

amount needed to make a

数量 需要 到 制作 一个

制作所需的金额

[smuːð] , ['tendə(r)] [dəʊ] .

smooth , tender dough .

光滑的 , 投标 面团 .

面团光滑柔软。

[skɔːld] [mɪlk] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][sɔːlt] , ['ʃɔːtnɪŋ] , [ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .

Scald milk and add salt , shortening , and sugar .

烫伤 牛奶 和 添加 盐 , 缩短 , 和 糖 .

将牛奶烫热，加入盐、起酥油和糖。

[kuːl] [tuː; tə] [ruːm] ['temprətʃə(r)] .

Cool to room temperature .

凉爽的 到 房间 温度 .

冷却至室温。

['sɒfn] [jiːst] [ɪn][ðə; ði]['wɔːtə(r)][ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə][ðə; ði] [kuːld] [mɪlk] .

Soften yeast in the water and add to the cooled milk .

软化 酵母 在 这 水 和 添加 到 这 冷却 牛奶 .

将酵母用水软化，然后加入冷却后的牛奶中。

[ˌeɪ diː 'diː][ə'baʊt][ˌtuː'tuː][siː][ɒv; əv][ðə; ði]['flaʊə(r)]['mɪkstʃə(r)][ænd; ənd] [biːt] [ʌn'tɪl] [smuːð] .

Add about 2 c of the flour mixture and beat until smooth .

添加 关于 2 c 的 这 面粉 混合物 和 打 直到 光滑的 .

加入约 2 杯面粉混合物，搅拌至顺滑。

[ˌeɪ diː 'diː] [ɪ'nʌf] ['flaʊə(r)][tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ][sɒft] [dəʊ] .

Add enough flour to make a soft dough .

添加 足够的 面粉 到 制作 一个 柔软的 面团 .

加入足够的面粉，揉成柔软的面团。

[tɜːn] [aʊt][ɒn] ['flaʊəd] [bɔːd] [ænd; ənd] [niːd] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [dəʊ] [ɪz] [smuːð] [ænd; ənd][ɪ'læstɪk] ,

Turn out on floured board and knead until the dough is smooth and elastic ,

转动 出去 在 撒了面粉 木板 和 揉 直到 这 面团 是 光滑的 和 松紧带 ,

将面团取出放在撒了面粉的案板上，揉至面团光滑有弹性。

['ædɪŋ] ['əʊnli] [ɪ'nʌf] ['flaʊə(r)]['mɪkstʃə(r)][tuː; tə] [prɪ'vent] ['stɪkɪŋ] .

adding only enough flour mixture to prevent sticking .

添加 仅有的 足够的 面粉 混合物 到 防止 粘性 .

只需加入足够的面粉混合物以防止粘连即可。

[pʊt][ɪn][ə; eɪ] [griːzd] [bəʊl] ; [brʌʃ] [tɒp] [wɪð] ['meltɪd] [fæt] .

Put in a greased bowl ; brush top with melted fat .

放 在 一个 涂油 碗 ; 刷子 顶部 和 融化 胖的 .

放入抹了油的碗中；在表面刷上融化的油脂。

['kʌvə(r)] , [ænd; ənd] [let] [raɪz] [ʌn'tɪl] ['trebld] [ɪn] [bʌlk] ([ə'baʊt] [ˌtuː'tuː] ['aʊəz]) .

Cover , and let rise until trebled in bulk (about 2 hours) .

覆盖 , 和 让 上升 直到 三倍 在 大部分 (关于 2 小时) .

盖上盖子，让面团发酵至体积增大三倍（约 2 小时）。

[pʌntʃ] [daʊn] [ænd; ənd][let] [raɪz] [ʌn'tɪl] ['dʌb(ə)l] [ɪn] [bʌlk] ([ə'baʊt] [wʌn]['aʊə(r)]) .

Punch down and let rise until double in bulk (about 1 hour) .

冲床 向下 和 让 上升 直到 双倍的 在 大部分 (关于 1 小时) .

压扁排气，让其发酵至体积增大一倍（约 1 小时）。

[ʃeɪp] [ˈɪntuː][ə; eɪ][ləʊf][ænd; ənd][let][raɪz][ɪn][ə; eɪ] [ɡriːzd] [pæn][ʌnˈtɪl] [ˈdʌb(ə)l] [ɪn] [ˈvɒljuːm] ([əˈbaʊt]
Shape into a loaf and let rise in a greased pan until double in volume (about
形状 进入 一个 面包 和 让 上升 在 一个 涂油 平底锅 直到 双倍的 在 体积 (关于
[wʌn][ˈaʊə(r)]) .
1 hour) .
1 小时) .

将面团整形成面包状，放入抹了油的烤盘中发酵至体积增大一倍（约 1 小时）。

[ðɪs] [əˈmaʊnt] [ɒv; əv] [dəʊ] [wɪl] [fɪl] [ə; eɪ][pæn][fɔːr] × [naɪn] × [θriː] [ˈɪntʃɪz] ,
This amount of dough will fill a pan 4 × 9 × 3 inches ,
这 数量 的 面团 将要 充满 一个 平底锅 4 × 9 × 3 英寸 ,

这些面团可以铺满一个 4 × 9 × 3 英寸的烤盘。

[ænd; ənd][ðə; ði] [dəʊ] [ʃʊd; ʃəd][raɪz][tuː; tə][faɪv] / [eit] [ɪntʃ] [əˈbʌv] [ðə; ði] [edʒ] [ɒv; əv][ðə; ði][pæn][bɪˈfɔː(r)]
and the dough should rise to 5 / 8 inch above the edge of the pan before
和 这 面团 应该 上升 到 5 / 8 英寸 多于 这 边缘 的 这 平底锅 前
[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [pleɪst] [ɪn][ðə; ði][ˈʌv(ə)n] .
it is placed in the oven .
它 是 放置 在 这 烤箱 .

面团在放入烤箱前应该发酵至高于烤盘边缘 5/8 英寸。

[beɪk] [fɔː(r); fə(r)] - [ˈmɪnɪts] [ɪn][ə; eɪ] [ˈmɒdərət] [ˈʌv(ə)n] (375° [ef] .) .
Bake for 50 minutes in a moderate oven (375° F .) .
烤 为了 - 分钟 在 一个 缓和 烤箱 (375° F .) .

在中等温度（375°F）的烤箱中烘烤 50 分钟。

[ˈsɒɪbiːn] [ˈflaʊə(r)][rəʊlz]
Soybean Flour Rolls
大豆 面粉 卷

豆粉卷

[ˌtuːˈtuː][siː][mɪlk] , [ˈskɔːldɪd]
2 c milk , scalded
2 c 牛奶 , 烫伤

杯牛奶，烫过

¼ [siː][ˈwɔːtə(r)]
¼ c water
¼ c 水

¼ 杯水

[wʌn] [keɪk] [jiːst]
1 cake yeast
1 蛋糕 酵母

1块酵母

1½ [tiː][sɔːlt]
1½ t salt
1½ t 盐

1.5 茶匙盐

[fɔːr][tiː] [ˈʃɔːtnɪŋ]
4 T shortening
4 T 缩短

4T缩短

[fɔːr][tiː][ˈʃʊɡə(r)]
4 T sugar
4 T 糖

4汤匙糖

[fɔːr][tuː; tə][faɪv][siː] ['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)]['mɪkstʃə(r)]
4 to 5 c soybean flour mixture
4 到 5 c 大豆 面粉 混合物

4至5杯大豆粉混合物

[prɪ'peəd] [æz; əz] [f'ɒləʊz] :
prepared as follows :
准备 作为 跟随 :

准备工作如下：

[mɪks][wʌn][siː] ['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)] [wɪð]
Mix 1 c soybean flour with
混合 1 c 大豆 面粉 和

将 1 杯大豆粉与

[fɔːr][siː] [waɪt] ['flaʊə(r)][ænd; ənd][juːz]
4 c white flour and use
4 c 白色的 面粉 和 使用

杯白面粉和使用

[ə'maʊnt] ['niːdɪd] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ]
amount needed to make a
数量 需要 到 制作 一个

制作所需的金额

[smuːð] , ['tendə(r)] [dəʊ] .
smooth , tender dough .
光滑的 , 投标 面团 .

光滑、柔软的面团。

[juːz][ðə; ði] [seɪm] ['meθəd] [æz; əz][fɔː(r); fə(r)] [jiːst] [bred] .
Use the same method as for yeast bread .
使用 这 相同的 方法 作为 为了 酵母 面包 .

使用与制作酵母面包相同的方法。

[ʃeɪp] ['ɪntuː][ðə; ði] [dɪ'zaɪəd] [fɔːmz] , [brʌʃ] [tɒps][ɒv; əv][rəʊlz] [wɪð] ['meltɪd] [fæt] ,
Shape into the desired forms , brush tops of rolls with melted fat ,
形状 进入 这 想要的 表格 , 刷子 最高额 的 卷 和 融化 胖的 ,

将面包卷塑成所需的形状，并在面包卷表面刷上融化的油脂。

[ænd; ənd][let] [raɪz] [ʌn'tɪl] ['dʌb(ə)l] [ɪn] ['vɒljuːm] .
and let rise until double in volume .
和 让 上升 直到 双倍的 在 体积 .

让其发酵至体积增大一倍。

[beɪk] [æt; ət] 385° [ef] . [fɔː(r); fə(r)] [ə'baʊt] - ['mɪnɪts] .
Bake at 385° F . for about 15 minutes .
烤 在 385° F . 为了 关于 - 分钟 .

在 385°F 的温度下烘烤约 15 分钟。

[jiːld] : - [tuː; tə] - [smɔːl] [rəʊlz] .
Yield : 30 to 36 small rolls .
屈服 : - 到 - 小的 卷 .

产量：30至36个小卷。

['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)] ['æpəlˌsɔːs] [keɪk]
Soybean Flour Applesauce Cake
大豆 面粉 苹果酱 蛋糕

大豆粉苹果酱蛋糕

½ [siː][fæt]
½ c fat
½ c 胖的

½ 杯脂肪

[wʌn][siː]['ʃʊgə(r)]

1	c	sugar
1	c	糖

杯糖

[wʌn] [eg]

1	egg
1	蛋

1个鸡蛋

¾ [siː] [θɪk] ['æpəlˌsɔːs] ([ˌʌn'swiːtnd])

¾	c	thick	applesauce	(	unsweetened	)
¾	c	厚的	苹果酱	(	无糖	)

¾ 杯浓稠苹果酱（无糖）

¼ [tiː] ['nʌtmeg]

¼	t	nutmeg
¼	t	肉豆蔻

¼ 茶匙肉豆蔻

½ [siː] ['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)]

½	c	soybean	flour
½	c	大豆	面粉

½ 杯大豆粉

1¼ [siː] [waɪt] ['flaʊə(r)]

1¼	c	white	flour
1¼	c	白色的	面粉

1¼ 杯白面粉

½ [tiː][sɔːlt]

½	t	salt
½	t	盐

½ 茶匙盐

1¼ [tiː] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]

1¼	t	baking	powder
1¼	t	烘烤	粉末

1¼茶匙泡打粉

[wʌn] / [θriː][tiː]['səʊdə]

1	/	3	t	soda
1	/	3	t	苏打

1/3 茶匙苏打水

[kriːm] [fæt][ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .

Cream	fat	and	sugar	.
奶油	胖的	和	糖	.

奶油、脂肪和糖。

[ˌeɪ diː 'diː]['biːt(ə)n] [eg] [ænd; ənd] ['æpəlˌsɔːs] [tuː; tə] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['nʌtmeg] [hæz; həz] [biːn] ['ædɪd] .

Add	beaten	egg	and	applesauce	to	which	the	nutmeg	has	been	added	.
添加	被打败	蛋	和	苹果酱	到	哪个	这	肉豆蔻	有	到过	额外	.

加入打散的鸡蛋和加了肉豆蔻的苹果酱。

[stɜː(r)][ɪn][ðə; ði] ['sɪftɪd] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] .

Stir	in	the	sifted	dry	ingredients	.
搅拌	在	这	筛过的	干燥	原料	.

拌入过筛后的干料。

[beɪk] [æz; əz][ə; eɪ]['leɪə(r)] [keɪk] [fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] (350° [ef] .)
Bake as a layer cake for 40 to 50 minutes in a moderate oven (350° F .)
烤 作为 一个 层 蛋糕 为了 - 到 - 分钟 在 一个 缓和 烤箱 (350° F .)
.
.
.

将蛋糕做成多层蛋糕，放入中等温度（350°F）的烤箱中烘烤 40 至 50 分钟。

[sɜːrvz] - [tuː; tə] - [p'ɜːsənz] .
Serves 10 to 12 persons .
服务 - 到 - 人 .

可供 10 至 12 人食用。

['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)] ['tʃɒklət] [keɪk]
Soybean Flour Chocolate Cake
大豆 面粉 巧克力 蛋糕

大豆粉巧克力蛋糕

½ [siː][fæt]
½ c fat
½ c 胖的

½ 杯脂肪

[wʌn][siː]['ʃʊgə(r)]
1 c sugar
1 c 糖

杯糖

[ˌtuː'tuː] [egz]
2 eggs
2 鸡蛋

2个鸡蛋

½ [tiː][sɔːlt]
½ t salt
½ t 盐

½ 茶匙盐

[ˌtuː'tuː][tiː] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
2 t baking powder
2 t 烘烤 粉末

2茶匙泡打粉

¼ [tiː]['səʊdə]
¼ t soda
¼ t 苏打

¼ 茶匙苏打水

[ˌtuː'tuː] [sk'weəz] ['tʃɒklət]
2 squares chocolate
2 正方形 巧克力

2块巧克力

1¼ [siː] [keɪk] ['flaʊə(r)]
1¼ c cake flour
1¼ c 蛋糕 面粉

1¼ 杯蛋糕粉

½ [siː] ['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)]
½ c soybean flour
½ c 大豆 面粉

½ 杯大豆粉

¾ [siː] + [ˌtuː'tuː][tiː] [mɪlk]
¾ c + 2 T milk
¾ c + 2 T 牛奶

¾ 杯 + 2 汤匙牛奶

½ [tiː] [və'nɪlə]
½ t vanilla
½ t 香草

½ 茶匙香草精

[kriːm] [ðə; ði][fæt] , ['ʃʊgə(r)] , [ænd; ənd] [və'nɪlə] .
Cream the fat , sugar , and vanilla .
奶油 这 胖的 , 糖 , 和 香草 .

将油脂、糖和香草精搅打均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] ['biːt(ə)n] [egz] ; [ˌeɪ diː 'diː] ['meltɪd] ['tʃɒklət] .
Add beaten eggs ; add melted chocolate .
添加 被打败 鸡蛋 ; 添加 融化 巧克力 .

加入打散的鸡蛋；加入融化的巧克力。

[sɪft] [ðə; ði][draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː] [ɔːl'tɜːnətli] [wɪð] [ðə; ði] [mɪlk] .
Sift the dry ingredients and add alternately with the milk .
筛 这 干燥 原料 和 添加 交替 和 这 牛奶 .

将干料过筛，与牛奶交替加入。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] ['ʃæləʊ] [pæn] ([eit][eks][eit] ['ɪntʃɪz]) [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] (365° [ef] .) [fɔː(r); fə(r)]
Bake in a shallow pan (8 x 8 inches) in a moderate oven (365° F .) for
烤 在 一个 浅的 平底锅 (8 x 8 英寸) 在 一个 缓和 烤箱 (365° F .) 为了
- [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .
25 to 30 minutes .
- 到 - 分钟 .

在浅烤盘（8 x 8 英寸）中，以中等温度（365°F）烘烤 25 至 30 分钟。

[[ˌpiː 'dʒiː]['sɛvən]]
[Pg 7]
[页 7]

[第7页]

['braʊniz]
Brownies
布朗尼蛋糕

布朗尼蛋糕

[wʌn] / [θriː][siː] [keɪk] ['flaʊə(r)]
1 / 3 c cake flour
1 / 3 c 蛋糕 面粉

1/3 杯蛋糕粉

[wʌn] / [θriː][siː] ['sɔɪbiːn] ['flaʊə(r)]
1 / 3 c soybean flour
1 / 3 c 大豆 面粉

1/3 杯大豆粉

½ [tiː] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
½ t baking powder
½ t 烘烤 粉末

½茶匙泡打粉

[wʌn] / [θriː][siː] ['ʃɔːtnɪŋ]
1 / 3 c shortening
1 / 3 c 缩短

1/3 杯起酥油

[ˌtuː'tuː][es 'kjuː] ([ˌəʊ 'zed]) ['tʃɒklət]
2 sq (oz) chocolate
2 平方 (盎司) 巧克力
盎司巧克力

[wʌn][siː]['ʃʊɡə(r)]
1 c sugar
1 c 糖
杯糖

[ˌtuː'tuː] [egz]
2 eggs
2 鸡蛋
2个鸡蛋

[wʌn][tiː] [və'nɪlə]
1 t vanilla
1 t 香草
1茶匙香草精

½ [siː] [tʃɒpt] [nʌts]
½ c chopped nuts
½ c 切碎 坚果
½ 杯碎坚果

[kriːm] ['tʃɒklət] , ['ʃɔːtnɪŋ] , [ænd; ənd] [və'nɪlə] .
Cream chocolate , shortening , and vanilla .
奶油 巧克力 , 缩短 , 和 香草 .
奶油巧克力、起酥油和香草。

[kəm'baɪn] ['ʃʊɡə(r)][ænd; ənd]['biːt(ə)n] [egz] ; [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['tʃɒklət] ['mɪkstʃə(r)][ænd; ənd] [biːt] [wel] .
Combine sugar and beaten eggs ; add the chocolate mixture and beat well .
结合 糖 和 被打败 鸡蛋 ; 添加 这 巧克力 混合物 和 打 出色地 .
将糖和打散的鸡蛋混合；加入巧克力混合物并搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] ['sɪftɪd] [draɪ] [ɪn'ɡriːdiənts] [ænd; ənd] [nʌts] .
Add sifted dry ingredients and nuts .
添加 筛过的 干燥 原料 和 坚果 .
加入过筛后的干料和坚果。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [ɡriːzd] [pæn] ([eit][eks][eit] ['ɪntʃɪz]) [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] (350° [ef] .) [fɔː(r); fə(r)] [ə'baʊt] - ['mɪnɪts] .
Bake in a greased pan (8 x 8 inches) in a moderate oven (350° F .) for about 30 minutes .
烤 在 一个 涂油 平底锅 (8 x 8 英寸) 在 一个 缓和 烤箱 (350° F .) 为了 关于 - 分钟 .
在抹了油的烤盘（8 x 8 英寸）中，以中等温度（350°F）烘烤约 30 分钟。

[kʌt] [ɪn] [sk'weəz] .
Cut in squares .
切 在 正方形 .
切成方块。

[wʌn] / [θriː][siː][ɒv; əv] ['sɔɪbiːn] ['flaʊə(r)][kæn; kən][biː; bi] [juːst] [ɪn'sted] [ɒv; əv][ðə; ði] [keɪk] ['flaʊə(r)] (['meɪkɪŋ] [ə; eɪ]['təʊt(ə)l][ɒv; əv][ˌtuː'tuː] / [θriː][siː] ['sɔɪbiːn] ['flaʊə(r)]) [ɪf] [səʊ] [dɪ'zaɪəd] .
1 / 3 c of soybean flour can be used instead of the cake flour (making a total of 2 / 3 c soybean flour) if so desired .
1 / 3 c 的 大豆 面粉 能 是 用过的 反而 的 这 蛋糕 面粉 (制作 一个 全部的 的 2 / 3 c 大豆 面粉) 如果 所以 想要的 .
如果需要，可以用 1/3 杯大豆粉代替蛋糕粉（总共需要 2/3 杯大豆粉）。

[ˌmɪsə'leɪniəs] ['sɒɪbiːn] ['prɒdʌkts]
MISCELLANEOUS SOYBEAN PRODUCTS
各种各样的 大豆 产品

杂项大豆制品

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['ʌðə(r)] [fɔːmz] [ɪn] [wɪtʃ] ['sɔɪbiːnz] [kæn; kən] [biː; bi] ['juːtəlaɪzd] [æz; əz] ['hjuːmən] [fuːd] .
There are other forms in which soybeans can be utilized as human food .
那里 是 其他 表格 在 哪个 大豆 能 是 利用 作为 人类 食物 .

大豆还有其他一些形式可以作为人类食物。

[sʌm; səm] [prɔː'sesəz] [ɒv; əv] ['sɔɪbiːnz] [ɑː(r); ə(r)] [naʊ] [prɪ'peərɪŋ] ['sɒɪbiːn] [grɪts] [ænd; ənd] [fleɪks] ,
Some processors of soybeans are now preparing soybean grits and flakes ,
一些 处理器 的 大豆 是 现在 准备 大豆 粗玉米粉 和 薄片 ,

一些大豆加工商现在正在生产大豆碎粒和大豆片。

[ænd; ənd] [ðeə(r)] [ɪz] ['prɒmɪs] [ðæt] [ðeɪ] [wɪl] [biː; bi] [ɒn] [ðə; ði] ['riːteɪl] ['mɑːkɪt] [ɪn] [ðə; ði] [nɪə(r)] ['fjuːtʃə(r)] .
and there is promise that they will be on the retail market in the near future .
和 那里 是 承诺 那 他们 将要 是 在 这 零售 市场 在 这 靠近 未来 .

有迹象表明，它们将在不久的将来进入零售市场。

[ðiːz] ['prɒdʌkts] [ɑː(r); ə(r)] ['sɪmələ(r)] [tuː; tə] ['sɒɪbiːn] ['flaʊə(r)] [bʌt; bət] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] [səʊ] ['faɪnli] [graʊnd] .
These products are similar to soybean flour but are not so finely ground .
这些 产品 是 相似的 到 大豆 面粉 但 是 不是 所以 精细地 地面 .

这些产品与大豆粉类似，但研磨得不够细。

[ðə; ði] ['sɒɪbiːn] [grɪts] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [rɪ'zemb(ə)l] [kɔːs] [kɔːn] [grɪts] [bʌt; bət] [ɑː(r); ə(r)] ['sʌmtaɪmz]
The soybean grits usually resemble coarse corn grits but are sometimes
这 大豆 粗玉米粉 通常 类似 粗 玉米 粗玉米粉 但 是 有时

['pʌlvəraɪzd] [tuː; tə] [rɪ'zemb(ə)l] [kɔːn] [miːl] .
pulverized to resemble corn meal .
粉碎的 到 类似 玉米 一顿饭 .

大豆糁通常类似于粗玉米糁，但有时会被磨成粉末，类似于玉米粉。

[ðə; ði] [fleɪks] [ɑː(r); ə(r)] ['sɪmələ(r)] [bʌt; bət] [ɑː(r); ə(r)] [flæt] [ɪn] [ʃeɪp] .
The flakes are similar but are flat in shape .
这 薄片 是 相似的 但 是 平坦的 在 形状 .

这些薄片形状相似，但呈扁平状。

['sɒɪbiːn] [grɪts] [ænd; ənd] [fleɪks] [kæn; kən] [biː; bi] [juːst] [æz; əz] ['sɪərɪəls] ,
Soybean grits and flakes can be used as cereals ,
大豆 粗玉米粉 和 薄片 能 是 用过的 作为 谷物 ,

大豆碎粒和豆片可以作为谷物食用。

[ɪn] [beɪkt] ['prɒdʌkts] [weə(r)] [ə; eɪ] [krɪsp] ['tekstʃə(r)] [ɪz] [dɪ'zaɪərəb(ə)l] , [ɔː(r)] [æz; əz] [miːt] [ɪk'stendəz] .
in baked products where a crisp texture is desirable , or as meat extenders .
在 烘焙 产品 在哪里 一个 脆 质地 是 理想 , 或者 作为 肉 延长器 .

用于需要酥脆口感的烘焙产品，或用作肉类填充剂。

[ðə; ði] ['greɪtɪst] ['dɪfrəns] [ɪn] [ðə; ði] [bɪ'heɪvjə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [tuː] ['prɒdʌkts] [ɪz] [ðæt] [ɒv; əv] ['lɪkwɪd]
The greatest difference in the behavior of the two products is that of liquid
这 最 不同之处 在 这 行为 的 这 二 产品 是 那 的 液体

[əb'zɔːpʃ(ə)n] .
absorption .
吸收 .

两种产品性能上的最大区别在于液体吸收能力。

[ðə; ði] ['sɒɪbiːn] [grɪts] [tend] [tuː; tə] [əb'zɔːb] [mɔː(r)] ['lɪkwɪd] [ðæn; ðən] [ðə; ði] [fleɪks] ,
The soybean grits tend to absorb more liquid than the flakes ,
这 大豆 粗玉米粉 趋向 到 吸收 更多的 液体 比 这 薄片 ,

大豆糁比大豆片更容易吸收液体。

[ænd; ənd] ['ðeəfɔː(r)] [æn; ən] [ə'dʒʌstmənt] [mʌst; məst] [biː; bi] [meɪd] [ɪn] [ðə; ði] ['resəpi] [wen] ['juːzɪŋ] [ðiːz] ['prɒdʌkts] .
and therefore an adjustment must be made in the recipe when using these products .
和 所以 一个 调整 必须 是 制成 在 这 食谱 什么时候 使用 这些 产品 .

因此，使用这些产品时，必须对配方进行调整。

['sɪnəmən] ['kʊkiz]
Cinnamon Cookies
肉桂 曲奇饼

肉桂饼干

(['juːzɪŋ] ['sɒɪbiːn] [grɪts] [ɔː(r)] [fleɪks])
(Using soybean grits or flakes)
(使用 大豆 粗玉米粉 或者 薄片)

（使用大豆碎粒或豆片）

¾ [siː] [keɪk] ['flaʊə(r)]
¾ c cake flour
¾ c 蛋糕 面粉

¾ 杯蛋糕粉

[ænd; ənd]
and
和

和

[θriː][tiː] ['sɒɪbiːn] [grɪts]
3 T soybean grits
3 T 大豆 粗玉米粉

3汤匙大豆碎粒

[ɔː(r)]
or
或者

或者

[wʌn][siː] [keɪk] ['flaʊə(r)]
1 c cake flour
1 c 蛋糕 面粉

杯蛋糕粉

[ænd; ənd]
and
和

和

½ [siː] ['sɒɪbiːn] [fleɪks]
½ c soybean flakes
½ c 大豆 薄片

½ 杯大豆片

[wʌn][tiː] ['sɪnəmən]
1 t cinnamon
1 t 肉桂

1茶匙肉桂

¼ [siː] ['ʃɔːtnɪŋ]
¼ c shortening
¼ c 缩短

¼ 杯起酥油

½ [siː]['ʃʊɡə(r)]
½ c sugar
½ c 糖

半杯糖

½ [tiː] [və'nɪlə]
½ t vanilla
½ t 香草

½ 茶匙香草精

[wʌn] [eg]
1 egg
1 蛋

1个鸡蛋

[wʌn] / [eit][tiː][sɔːlt]
1 / 8 t salt
1 / 8 t 盐

1/8 茶匙盐

[wʌn][tiː] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
1 t baking powder
1 t 烘烤 粉末

1茶匙泡打粉

[kriːm] [ðə; ði] ['ʃɔːtnɪŋ] [ænd; ənd]['ʃʊɡə(r)] .
Cream the shortening and sugar .
奶油 这 缩短 和 糖 .

将起酥油和糖搅打均匀。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [və'nɪlə] .
Add the vanilla .
添加 这 香草 .

加入香草精。

[sɪft] [ðə; ði][draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd] [kəm'baɪn] [wɪð] [ðə; ði] ['sɒɪbiːn] [grɪts] [ɔː(r)] [fleɪks] .
Sift the dry ingredients and combine with the soybean grits or flakes .
筛 这 干燥 原料 和 结合 和 这 大豆 粗玉米粉 或者 薄片 .

将干料过筛，与大豆碎或大豆片混合。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ɔːl'tɜːnətli] [wɪð] [ðə; ði]['biːt(ə)n] [eg] [tuː; tə][ðə; ði] [kriːmd] ['mɪkstʃə(r)] .
Add the dry ingredients alternately with the beaten egg to the creamed mixture .
添加 这 干燥 原料 交替 和 这 被打败 蛋 到 这 奶油 混合物 .

将干料与打散的鸡蛋交替加入奶油混合物中。

[drɒp] [baɪ] ['tiːspuːn,ful] [ɒn][ə; eɪ] [griːzd] ['kʊki] [ʃiːt] .
Drop by teaspoonfuls on a greased cooky sheet .
降低 经过 茶匙 在 一个 涂油 饼干 床单 .

用茶匙将面糊滴在抹了油的烤盘上。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] (375° [ef] .) [fɔː(r); fə(r)] [ə'baʊt] - ['mɪnɪts] .
Bake in a moderate oven (375° F .) for about 10 minutes .
烤 在 一个 缓和 烤箱 (375° F .) 为了 关于 - 分钟 .

在中等温度（375°F）的烤箱中烘烤约10分钟。

[jiːld] : [ˌtuː'tuː]['dʌz(ə)n] ['kʊkiz] .
Yield : 2 dozen cookies .
屈服 : 2 打 曲奇饼 .

产量：2 打饼干。

['æp(ə)l] [krɪsp]
Apple Crisp
苹果 脆

苹果脆

(['juːzɪŋ] ['sɒɪbiːn] [grɪts] [ɔː(r)] [fleɪks])
(Using soybean grits or flakes)
(使用 大豆 粗玉米粉 或者 薄片)

（使用大豆碎粒或豆片）

¾ [siː]['ʃʊgə(r)]
¾ c sugar
¾ c 糖

¾ 杯糖

¼ [tiː] ['sɪnəmən]
¼ t cinnamon
¼ t 肉桂

¼茶匙肉桂

[fɔːr][siː] ['æplz]
4 c apples
4 c 苹果

个苹果

[ˌtuː'tuː] / [θriː][siː] [braʊn] ['ʃʊgə(r)]
2 / 3 c brown sugar
2 / 3 c 棕色的 糖

2/3 杯红糖

½ [siː]['flaʊə(r)]
½ c flour
½ c 面粉

半杯面粉

[sɪks][tiː] ['sɒɪbiːn] [grɪts] [ɔː(r)] [fleɪks]
6 T soybean grits or flakes
6 T 大豆 粗玉米粉 或者 薄片

汤匙大豆碎粒或豆片

¼ [siː]['bʌtə(r)]
¼ c butter
¼ c 黄油

¼ 杯黄油

[kəm'baɪn] [slaɪst] ['æplz] , ['ʃʊgə(r)] , [ænd; ənd] ['sɪnəmən] , [ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn][ə; eɪ] ['ʃæləʊ] [pæn] .
Combine sliced apples , sugar , and cinnamon , and place in a shallow pan .
结合 切片 苹果 , 糖 , 和 肉桂 , 和 地方 在 一个 浅的 平底锅 .

将苹果片、糖和肉桂混合，放入浅盘中。

[mɪks] [braʊn] ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd]['flaʊə(r)][ænd; ənd] [wɜːk] ['bʌtə(r)]['ɪntuː]['mɪkstʃə(r)][ʌn'tɪl] [ə; eɪ] ['krʌmbli]
Mix brown sugar and flour and work butter into mixture until a crumbly
混合 棕色的 糖 和 面粉 和 工作 黄油 进入 混合物 直到 一个 易碎的
['mɪkstʃə(r)][ɪz] [fɔːmd] .
mixture is formed .
混合物 是 形成 .

将红糖和面粉混合，然后加入黄油揉搓至混合物呈碎屑状。

['sprɪŋk(ə)l] [ðɪs] ['mɪkstʃə(r)]['əʊvə(r)][ðə; ði] ['æplz] .
Sprinkle this mixture over the apples .
撒 这 混合物 超过 这 苹果 .

将这种混合物撒在苹果上。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ][hɒt]['ʌv(ə)n] (400° [ef] .) [fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .
Bake in a hot oven (400° F .) for 20 to 25 minutes .
烤 在 一个 热的 烤箱 (400° F .) 为了 - 到 - 分钟 .

在高温烤箱（400°F）中烘烤 20 至 25 分钟。

[jiːld] : [sɪks][tuː; tə][eit] [s'ɜːvɪŋz] .
Yield : 6 to 8 servings .
屈服 : 6 到 8 份量 .

份量：6至8人份。

[[ˌhænd'rɪt(ə)n] [nəʊt] :
[Handwritten note :
[手写 笔记 :

【手写笔记:】

(['əʊvə(r)])]
(over)]
(超过)]

(超过)]

[[ˌpiː 'dʒiː][eit]]
[Pg 8]
[页 8]

[第 8 页]

[[ˌhænd'rɪt(ə)n] [nəʊt] :
[Handwritten note :
[手写 笔记 :

【手写笔记:】

[sɔɪ] [biːn] ['flaʊə(r)] ['mʌfɪn]
Soy Bean Flour Muffins
大豆 豆 面粉 松饼

大豆粉松饼

½ [siː] . [sɔɪ] [biːn] ['flaʊə(r)]
½ c . soy bean flour
½ c . 大豆 豆 面粉

½ 杯大豆粉

1½ [siː] . [waɪt] ['flaʊə(r)]
1½ c . white flour
1½ c . 白色的 面粉

1.5 杯白面粉

[fɔːr][tiː] . ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
4 t . baking powder
4 t . 烘烤 粉末

4茶匙泡打粉

[fɔːr][tiː] . ['ʃʊgə(r)]
4 T . sugar
4 T . 糖

汤匙糖

½ [tiː] . [sɔːlt]
½ t . salt
½ t . 盐

½ 茶匙盐

[wʌn] [eg]
1 egg
1 蛋

1个鸡蛋

[fɔːr][tiː] . ['meltɪd] [fæt]
4 T . melted fat
4 T . 融化 胖的

4汤匙融化的脂肪

[wʌn][siː] . [mɪlk]
1 c . milk
1 c . 牛奶

杯牛奶

[sɪft] [ɔːl] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] [tə'geðə(r)] .
Sift all dry ingredients together .
筛 全部 干燥 原料 一起 .

将所有干料一起过筛。

[kəm'baɪn] ['biːt(ə)n] [eg] , [fæt] + [mɪlk] + [stɜː(r)] [ðiːz] ['kwɪkli] ['ɪntuː][ðə; ði][draɪ]['mɪkstʃə(r)] .
Combine beaten egg , fat + milk + stir these quickly into the dry mixture .
结合 被打败 蛋 , 胖的 + 牛奶 + 搅拌 这些 迅速地 进入 这 干燥 混合物 .

将打散的鸡蛋、油脂和牛奶混合，然后迅速搅拌到干粉混合物中。

[beɪk] [ɪn] [diːp] , [griːzd] ['mʌfɪn] [pænz][fɔː(r); fə(r)][eɪt][tuː; tə] - [mɪn] . [ɪn][ə; eɪ][hɒt]['ʌv(ə)n] (425° [ef] .
Bake in deep , greased muffin pans for 8 to 10 min . in a hot oven (425° F .
烤 在 深的 , 涂油 松饼 平底锅 为了 8 到 - 最小 . 在 一个 热的 烤箱 (425° F .
) .
) .
) .

在涂油的深松饼模具中，放入预热至华氏425度的烤箱烘烤8至10分钟。

[jiːld] [naɪn][tuː; tə] - ['mʌfɪn] .]
Yield 9 to 12 muffins .]
屈服 9 到 - 松饼 .]

可制作9至12个松饼。

[[ˌpiː 'dʒiː][naɪn]]
[Pg 9]
[页 9]

[第9页]

[kəʊ'ɒpərətɪv] [ɪk'stenʃ(ə)n] [wɜːk] [ɪn]['ægrɪkʌltʃə(r)][ænd; ənd] [həʊm] [ˌiːkə'nɒmɪks] : [ˌjuːnɪ'vɜːsəti][ɒv; əv]
Cooperative Extension Work in Agriculture and Home Economics : University of
合作社 扩大 工作 在 农业 和 家 经济学 : 大学 的
[ˌɪlə'nɔɪz] ['kɒlɪdʒ] [ɒv; əv]['ægrɪkʌltʃə(r)] ,
Illinois College of Agriculture ,
伊利诺伊州 大学 的 农业 ,

农业和家政学合作推广工作：伊利诺伊大学农业学院

[ænd; ənd][ðə; ði][ju'naɪtɪd] [steɪts] [dɪ'pɑːtmənt] [ɒv; əv]['ægrɪkʌltʃə(r)][koʊ'ɑːpəreɪtɪŋ] .
and the United States Department of Agriculture cooperating .
和 这 团结的 各州 部门 的 农业 合作 .

美国农业部也参与了合作。

[eɪtʃ] . [piː] . [rʌsk] , [də'rektə(r); daɪ'rektə(r)] .
H . P . Rusk , Director .
H . P . 烤面包 , 导演 .

HP Rusk，总监。

[ækts] [ə'pruːvd] [baɪ] ['kɒŋgres] [meɪ] [eit][ænd; ənd][dʒuːn] - , -
Acts approved by Congress May 8 and June 30 , 1914
使徒行传得到正式认可的 经过 国会 可能 8 和 六月 - , -

1914年5月8日和6月30日国会批准的法案

[briːf] [ɒv; əv] " [weɪz] [ɒv; əv] ['juːzɪŋ] ['sɔɪbiːnz] [æz; əz] [fuːd] ,
Brief of " Ways of Using Soybeans As Food ,
简短的 的 " 方式 的 使用 大豆 作为 食物 ,

大豆作为食物的用途简介

" - [ˌpiː 'piː] . ['mɪmɪəʊ] ([hiː] -) ,
" 18 pp . mimeo (HEE 224) ,
" - pp . 油印 (嘿 -) ,

“18 页油印稿（HEE 224），

['iːvlɪn] ['tʃeɪmbəz] ['fɔːknə(r)] , [ɪn'strʌktə(r)] [ɪn] [həʊm] [ˌiːkə'nɒmɪks]
Evelyn Chambers Faulkner , Instructor in Home Economics
伊芙琳 钱伯斯 福克纳 , 讲师 在 家 经济学

伊芙琳·钱伯斯·福克纳，家政学讲师

HEE3197
HEE3197
HEE3197

HEE3197

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

开口如有神
听书破万卷